

**WASA DAGBLAD**

**Nr 12 Söndagen den 23 mars 2025**

**ISSN 2954-2448**

**Världens lyckligaste land - Finland**

**Zelensky besökte Finland**

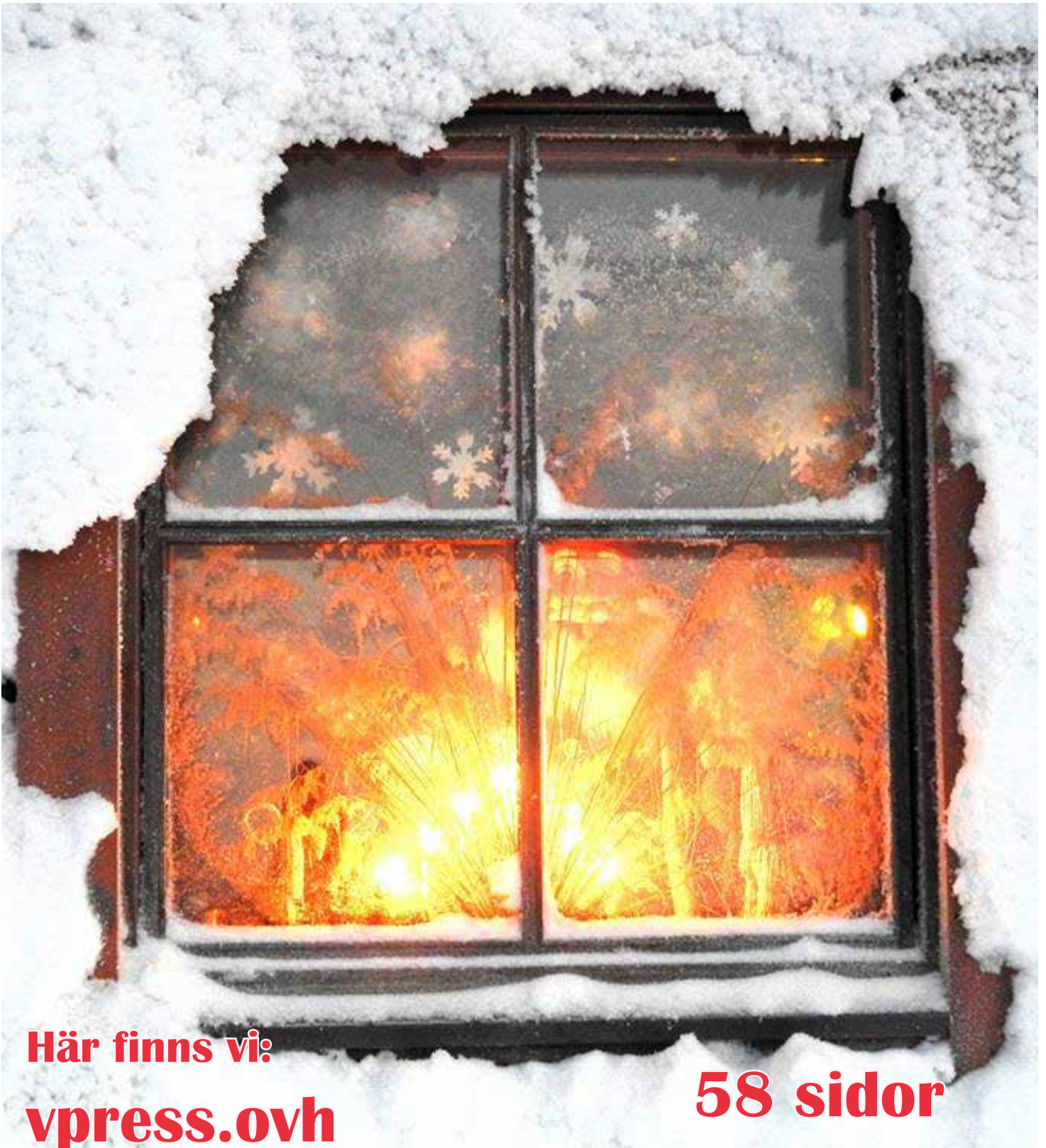
**Solförmörkelse**

**Wärtsilä-området**

**Minna Canth**

**Granbarkborren**

# WASA DAG- BLAD



**Här finns vi:**

**[vpress.ovh](http://vpress.ovh)**

**58 sidor**

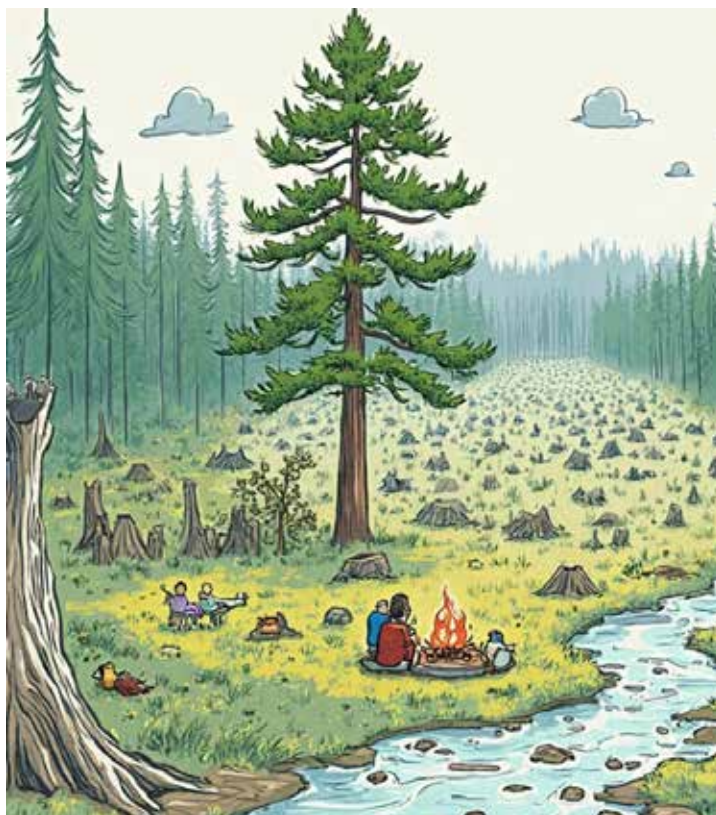
## Tyst hot: När siffrorna talar är det dags att agera

Solen gick upp idag också, men inget är sig likt. Siffrorna i Klimat- och naturbarometrarna 2025 ljuger inte. Det är kalla, hårda fakta som säger en sanning: vi är sena. Mycket sent.

Åttiosex procent. Det är en siffra som visar hur många finländare som redan ser effekterna av klimatförändringen, enligt ett pressmeddelande från jord- och skogsbruksministeriet. Åttioåtta procent. Detta säger i sin tur hur många som förstår att förlusten av biologisk mångfald är en realitet. Detta är inte åsikter, utan observationer. En vardaglig verklighet som var och en av oss lever i.

Mildare vintrar. Uarmad natur. Oroa dig för framtiden. Det är ord som du hör allt oftare. Men det räcker inte med ord. Det är dags att agera. Nu.

Kommuner, företag, privatpersoner. Alla har en roll att spela i det här spelet. Gröna investeringar är inte längre bara en trend, utan en nödvändighet. Ren teknik är inte bara en exporttillgång, utan ett sätt att överleva. Och konsumenternas val är inte bara köp, utan röster för framtiden.



Sjuttiosex procent. Det är en siffra som anger hur många som tror att kommunerna kan stärka sin livskraft genom gröna investeringar. Sextiotvå procent. Detta ger i sin tur en bild av hur många som vill att Finland ska vara koldioxidneutralt år 2035. Det är inte önskningar, utan krav. Folkets röst, som inte kan ignoreras.

Men siffrorna berättar inte hela sanningen. De berättar inte för oss om det tysta hotet som växer dag för dag. Känslan av att tiden håller på att rinna ut. Från medvetenheten om att varje ögonblick vi inte agerar är en missad möjlighet.

Nittioen procent. Det är en siffra som talar om hur många som vill att produkterna ska hålla längre. Nit-tiosju procent. Det visar i sin tur hur många som tror att naturen ökar välbefinnandet. Dessa siffror talar om för oss vad som är viktigast för oss. De talar om för oss vad vi behöver skydda.

Så vad gör vi? Ska vi vänta på att siffrorna blir ännu dystrare? Eller tar vi saken i egna händer och ändrar riktning?

Valet är vårt. Och nu är det dags.

### Photo Supplement

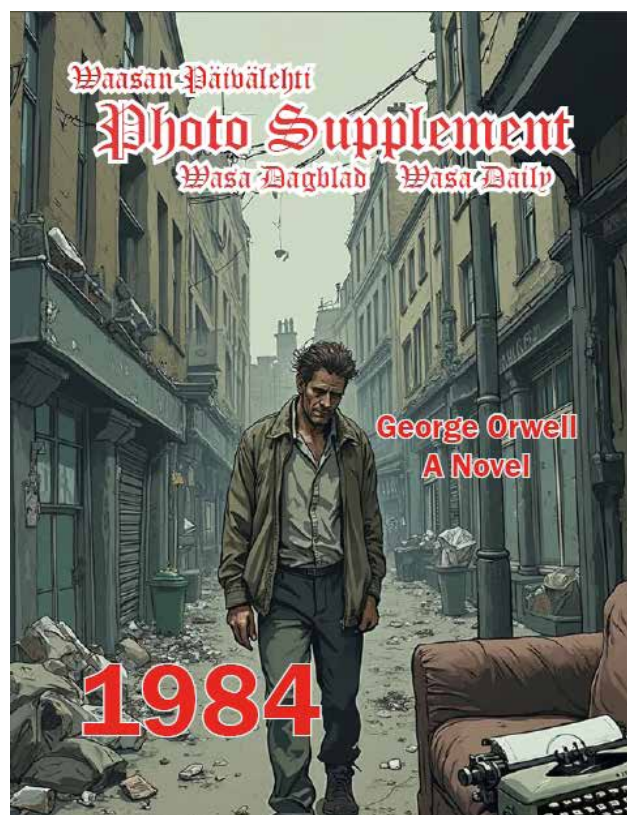




Illustration av verkstadsområdet i framtiden. Bild: Vasa stad/Arkitektitöimisto Helamaa & Heiskanen Oy

## Wärtsiläområdet förvandlas: En ny stadsdel med affärer, kultur, företag – och kanske ett musikhus

Vasa stadsbild står inför en spännande förändring. Det legendariska maskinverkstadsområdet i stadsdelen Vöråstan, en gång hjärtat av stadens industri, ska få nytt liv. En ny detaljplan banar väg för ett mångsidigt stadsområde där bostäder, företag, kultur och service smälter samman.

Föreställ dig en havsnära miljö där gamla fabriksbyggnader möter modern arkitektur. Föreställ dig ett livligt stadsrum där du kan njuta av en kopp kaffe i skuggan av en historisk tegelvägg, eller gå på konsert i en före detta maskinhall. Det är den vision

som Vasa stad strävar efter.

Området får en byggrätt på cirka 130 000 kvadratmeter, varav merparten är avsedd för bostäder. I framtiden skulle området kunna rymma uppskattningsvis 1 800–2 400 invånare, vilket ger nytt liv åt Vasas stadskärna. Förutom bostäder planeras företagsutrymmen, butiker och restauranger, vilket skapar en livlig och mångsidig stadsmiljö.

Särskilt intressanta är planerna på att återanvända de gamla fabriksbyggnaderna. Vasaborna har uttryckt önskemål om kultur- och idrottsanläggningar, men även museer, ett köpcentrum och till och med ett musik- och kongresscenter. Stads-

fullmäktige har beslutat att utreda möjligheten att bygga ett musikhus, vilket skulle ge området en betydande kulturell attraktionskraft.

Detaljplanen tar också hänsyn till principerna för hållbar utveckling. Nya transportförbindelser kommer att byggas i området, vilket gynnar hållbara transportmedel som cykling och gång. Dessutom spelar grönområden och stadens grönska en viktig roll för områdets trivsel och klimattålighet.

Ett markanvändningsavtal som ingåtts med Wärtsilä Finland Oy möjliggör utvecklingen av området. Wärtsilä kommer att bidra avsevärt till att restaurera

och bygga upp området, vilket påskyndar förändringen. Området kommer dock att byggas under flera år, eftersom processen omfattar bland annat rivning av gamla byggnader, sanering av marken och byggande av ny infrastruktur.

Förvandlingen av Wärtsiläområdet är en viktig milstolpe i Vasa stads utveckling. Det skapar ett nytt stadsrum som kombinerar historia, modern arkitektur och mångsidig service. Området är på väg att bli Vasas nya attraktiva stadsdel, som lockar invånare, företag och turister

# NYHETER

**MED EN TABLETT SÅ KAN DU LÄSA DEN HÄR TIDNINGEN VAR SOM HELST:**



som här på Molpehällorna

## VAL Landskaps- och kommunalvalet 2025: Rösta och påverka din vardag de kommande fyra åren



Förhandsröstningen i välfärdsområdes- och kommunalvalen 2025 förrättas i Finland den 2-8 april och utomlands den 2-5 april. Själva valdagen är söndagen den 13 april 2025. Genom att rösta i valet kan du påverka vem som bestämmer i frågor som påverkar din vardag under de kommande fyra åren.

I Vasa röstar du på två viktiga uppgifter: Välfärdsområdets landsting i Österbotten - de beslutar om social- och hälsovårdstjän-

terna i ditt område. Vasa stadsfullmäktige och stadens övriga beslutsfattande organ - de påverkar stadens vardag, såsom utbildning, trafik och kultur-tjänster.

Rösta och gör ett intryck - varje röst räknas! Du kan rösta på förhand på vilket förhandsröstningsställe som helst i Finland.

Här kan du förhandsrösta i Vasa:

Infopunkten Visit Vaasa, Satorget

2-4.4 kl. 10-20

5-6.4 kl. 10-16

7-8.4 kl. 10-20

Prisma, Liselund, Elementfabriksvägen 1

5-6.4 kl. 10-18

7-8.4 kl. 10-20

Ungdomsgården Ristikka, Fräsargatan 2

2-4.4 kl. 10-18

7-8.4 kl. 10-20

Ungdomsverkstaden Följ, Loukovägen 6

7.4 kl. 10-20

Siltaranta, Älvstrandsvägen 786

8.4 kl. 10-20

Samserviceenheten i Lillkyro, Lillkyrovägen 11

2-4.4 kl. 10-18

5-6.4 kl. 10-15

7-8.4 kl. 10-20

Medborgarinfo, Ekgården, Teräsgränd 1

2-4.4 kl. 10-18

7-8.4 kl. 10-18

Brändö bibliotek, Beckbruks-

gatan 19-23

2-4.4 kl. 10-19

7-8.4 kl. 10-19

Vasa universitet. Wolffskavägen 32

2-4.4 kl. 10-15

K-Citymarket Stenhaga, Kokkobergsvägen 2-6

5-6.4 kl. 10-18

Lemonsoft Stadion, Strandlandsvägen 6

2-4.4 kl. 10-20

5-6.4 kl. 10-16

7-8.4 kl. 10-20

Kontorscontainer

K-Market Sundom, Sundomvägen 128

2.4 kl. 10-20

K-Supermarket Roparnäs, Kungsvägen 69

3-4.4 kl. 10-20

S-Market Gerby, Västerviksvägen 2

5-6.4 kl. 10-16

## VÄLFÄRDSOMRÅDET Städ- och måltidsserviceföretag kommer sannolikt att få fortsätta - landskapsregeringen ställer upp strikta besparingsmål



Städ- och måltidsserviceproducenterna inom välfärdsområdet har fått en andningspaus. Länsstyrelsen har beslutat att ge de nuvarande

bolagen möjlighet att fortsätta sin verksamhet, men samtidigt satt upp strikta besparingsmål, enligt välfärdsområdets pressmeddelande. Beslutet innebär att bolagen nu får tid att bevisa sin förmåga att minska kostnaderna, och en uppskattning av de realiserade besparingarna kommer att göras i slutet av juli 2026.

Regionstyrelsens beslut är dock inte slutgiltigt. Företagen måste vidta konkreta åtgärder för att minska kostnaderna. Kostnadsnivån ska sänkas med 3,6 miljoner euro fram till 2026 och med ytterligare 1,5 miljoner euro året därpå. Dessutom preciserar välfärdsområdet den förväntade servicenivån, vilket syftar till att uppnå ytterligare besparingar på 900 000 euro. För närvarande uppgår kost- och städtjänsterna till totalt 34,1 miljoner euro, varav måltidstjänsterna står för 16,7 miljoner euro och städtjänsterna för 17,4 miljoner euro.

”Att fortsätta med det nuvarande upplägget är den mest riskfria förändringen för oss ur operativ synvinkel och därför bra. Företagen förutsätts dock av att de gör verkliga förändringar under bedömningsperioden, så

ger välfärdsområdesdirektör Marina Kinnunen. Hon påminner om att fungerande mat- och städtjänster är mycket viktiga för kunderna och välfärdsområdets verk-

samhet. – De besparingar som görs genom köpta tjänster innebär att det inte finns något behov av att hitta motsvarande besparingar i tjänsterna eller i servicenätet, säger Kinnunen.

Företagen har bekräftat att de förbinder sig att söka besparingar genom diskussioner med välfärdsområdet. En styrgrupp tillsätts för att stöda förändringen, och det egna företaget Support Botnia uppmanas att utöka sin kundbas, eftersom välfärdsområdet för närvarande köper 95 procent av bolagets tjänster. Välfärdsområdet omdefinierar servicenivån och tar i bruk de nya servicenivåbeskrivningarna i början av oktober 2025. Samtidigt stärker välfärdsområdet sin egen kompetens som tjänsteproducent.

Länsstyrelsens beslut ger de nuvarande leverantörerna möjlighet att fortsätta, men ställer samtidigt tydliga förväntningar och krav på att minska kostnaderna. Under de närmaste åren kommer det att visa om företagen klarar av att svara på dessa utmaningar och samtidigt trygga högklassiga tjänster för invånarna i välfärdsområdet.

## VÄLFÄRDSOMRÅDET Välfärdsområdets förvaltningsstadga fin slipas – byråkratin minskar och ordföranden får flexibilitet

**I** välfärdsområdets förvaltningsstadga ändras i syfte att minska byråkratin och effektivisera verksamheten. Utifrån erfarenheterna från de första verksamhetsåren har den parlamentariska arbetsgruppen utarbetat förslag som ger flexibilitet och tydlighet i

beslutsfattandet.

En av de viktigaste reformerna gäller ställningen som ordförande i välfärdsområdesstyrelsen. I fortsättningen ska ordföranden ha möjlighet att arbeta deltid om fullmäktige så beslutar. Denna förändring innebär ett erkännande av att ordförandens uppgift är tidskrävande och möjliggör bättre samordning av arbetet med andra uppgifter. Det är dock viktigt att notera att den föreslagna ändringen är kostnadsneutral, det vill säga att den inte ökar den ekonomiska bördan för regionen.

Dessutom föreslås ändringar i förvaltningsstadgan vad gäller antalet ledamöter i sektioner och kommittéer. Målet är att minska antalet medlemmar, vilket skulle göra beslutsfattandet effektivare och påskynda verksamheten. Uppgifterna för avdelningen för intern kontroll och riskhantering överförs också direkt till regionstyrelsen, som förtydligar ansvarsfördelningen och förbättrar den övergripande riskhanteringen.

Syftet med ändringarna är att svara på de utmaningar som uppstod i inledningskedet av välfärdsområdenas verksamhet och att effektivisera förvaltningen. Målet är att göra beslutsfattandet flexibla och byråkratin lättare, vilket skulle göra det möjligt att rikta resurserna för att producera tjänster bättre.

Förändringarna är inte bara administrativa, utan de påverkar också invånarna i området. En effektivare och flexibla förvaltning kan förbättra tjänsternas kvalitet och tillgänglighet, vilket är ett centralt mål för välfärdsområdena.

Ändringarna i förvaltningsstadgan är en del av ett mer omfattande arbete för att utveckla välfärdsområdenas verksamhet och säkerställa att den kan svara på behoven

i ett föränderligt samhälle. Ändringarna ger flexibilitet och tydlighet i beslutsfattandet, vilket gagnar både förvaltningen och invånarna i området.

## ALKO

### Alko utökar sortimentet: Alkohol-fritt och energidrycker lockar nya kunder

**A**lko är inte längre bara en butik för alkoholhaltiga drycker. Februari månads försäljningssiffror avslöjar att finländarna har upptäckt Alko som en plats att köpa alkoholfria drycker. Samtidigt utökar Alko sitt sortiment med energidrycker, som säljs till kunder över 18 år, i ett försök att locka en bredare kundkrets.



Trots att Alkos totala försäljning i liter minskade med 13,6 procent i februari jämfört med föregående år, ökade försäljningen av alkoholfria drycker med hela 47,6 procent. Detta visar att allt fler finländare uppskattar alkoholfria alternativ och hittar dem i Alkos sortiment. "Försäljningen av alkoholfria drycker har ökat i början av året, och vi satsar på att utveckla vårt sortiment även på detta område", säger

Alkos produktgruppschef Mika Kauppinen. "Utöver alkoholfria öl och viner kommer vi från och med den 25 mars att i försökssyfte ta in energidrycker i vårt sortiment, som våra kunder har efterfrågat."

Försäljningen av energidrycker på Alko är en ny satsning som svarar på kundernas önskemål och breddar Alkos produktsortiment. Det är dock viktigt att notera att energidrycker endast säljs till kunder över 18 år, vilket understryker Alkos ansvars-tagande.

Den ökande populariteten för alkoholfria drycker speglar en bredare trend där hälsa och välbefinnande blir allt viktigare för konsumenterna. Enligt Kauppinen strävar man med alkoholfria dryckesval efter att främja kroppens och sinnets välbefinnande eller fysisk återhämtning.

"Alkoholfritt svarar på kraven på kroppens och sinnets välbefinnande", konstaterar Kauppinen.

Även traditionella alkoholhaltiga drycker behåller sin plats i Alkos sortiment. Bland viner trendar klassiker, söta viner och prisvärda alternativ. Kunderna uppskattar nyheter, men även klassiska drycker som Bordeaux-rödviner och champagne är populära.

"Vi lever med våra kunders puls", säger Kauppinen. "Vinutbudets prisspann är brett hos oss, och drycker finns för alla plånböcker."

Alkos försäljningssiffror för februari visar att Alko har blivit en mångsidig dryckesbutik som svarar på kundernas förändrade behov. Den ökande populariteten för alkoholfria drycker och försäljningen av energidrycker är tecken på att Alko aktivt utvecklar sitt sortiment och strävar efter att erbjuda sina kunder ett brett utbud av olika dryckesalternativ.

# NYHETER



## STUDENTKÅRER

### Helsingfors studentkårs spektakulära misslyckande: Miljonförluster tvingar till fastighetsförsäljning

**H**elsingfors universitetets studentkår (HUS) befinner sig i en djup ekonomisk kris, som tvingar dem att sälja delar av sitt omfattande fastighetsbestånd. Studentkårens dotterbolag Ylva redovisade en förlust på 17 miljoner euro för 2023, och bolagets skulder uppgår till 235 miljoner euro, berättar Studentbladet.

De ekonomiska problemen härrör från misslyckade investeringar i två stora fastighetsprojekt: Lyyra-komplexet i Hagnäs och hotellet Grand Hansa i Nya studenthuset. Båda projekten har drabbats hårt av stigande räntor och ökade byggkostnader.

Enligt uppgifter i Helsingin Sanomat har Ylva under

flera år brutit mot bankernas finansieringsvillkor. Flera finansiärer, inklusive OP, kräver nu att Ylva säljer fastigheter för att minska skuldbördan. Bankerna vill se en snabb lösning, medan Ylva försöker undvika att sälja under rådande lågkonjunktur.

HUS styrelse har gett Ylva fullmakt att genomföra fastighetsförsäljningar, men vilka fastigheter som kommer att säljas är ännu oklart. Nya och Gamla studenthuset är "skyddade" fastigheter och kan endast säljas med godkännande av studentkårens delegation.

Varken HUS eller Ylva vill kommentera situationen ytterligare. Vilka fastigheter som berörs av försäljningen väntas klarna inom de kommande veckorna.

## MAT

### Köttets ursprung ska anges i restaurangerna – skyldigheten gäller fram till 2029

**R**estauranger och andra serveringsställen kommer även i fortsättningen att vara skyldiga att ange ursprungslandet för det kött som de använder. Skyldigheten har förlängts för tredje gången och gäller nu till och med den 30 april 2029.

Det innebär att konsumenterna även fortsättningsvis kommer att kunna få information om var köttet i restaurangmaten kommer ifrån. Beslutet att utvidga informationsskyldigheten återspeglar konsumenternas växande intresse för livsmedlens ursprung. Allt fler vill veta var maten de äter kommer ifrån och hur den har producerats. Att ange köttets ursprungsland är en viktig del av denna öppenhet.

Anmälningsskyldigheten gäller allt kött som serveras på restauranger, oavsett om det är biff, köttfärs eller andra köttträtter. Ursprungslandet ska anges tydligt, till exempel på menyerna eller i någon annan lättillgänglig form.

Beslutet om att utvidga anmälningsskyldigheten har tagits emot väl av konsumentorganisationerna. De betonar att information om köttets ursprung hjälper konsumenterna att göra mer välgrundade val och stöder den inhemska produktionen.

Representanter för restaurangbranschen är också i huvudsak nöjda med beslutet. De ser att transparens ökar förtroendet mellan restauranger och kunder.

Utvidgningen av informationsskyldigheten är en del av en bredare insats för att öka transparensen i livsmedelsprodukter och förbättra konsumenternas tillgång till information. Syftet är att göra det möjligt för konsumenterna att göra val som stämmer överens med deras värderingar och preferenser.

## RESANDE

### Viktigt att veta om du reser till USA: Nya könsmarkeringar och skärpta inresekrav

Resenärer till USA bör vara särskilt uppmärksamma på inresekraven, eftersom ett giltigt ESTA-resetillstånd eller visum inte automatiskt garanterar inresa i landet. Dessutom har USA infört nya restriktioner gällande könsmarkeringar, vilket kan påverka resenärers inresa avsevärt.

#### Skärpta inresekrav

Amerikanska myndigheter har skärpt inresekraven. Överskridande av tillåten vistelsetid eller felaktiga uppgifter om vistelsens syfte kan leda till gripande eller utvisning. Resenärer bör därför säkerställa att deras resa överensstämmer med det syfte som angavs i deras ESTA-ansökan eller visumansökan.

#### Nytt verkställande beslut om könsmarkeringar

USA har utfärdat ett verkställande beslut (25 STATE 11402) den 24 februari 2025, vilket innebär att sökande av ESTA eller visum måste ange antingen "man" eller "kvinna" som kön i sin ansökan. Sökande måste ange det kön som fastställdes vid födelsen.

Detta nya beslut kan orsaka problem särskilt för transpersoner vars nuvarande kön i passet skiljer sig från det kön som fastställdes vid födelsen. Amerikanska myndigheter kan neka inresa om sökandens passkönsmarkering inte överensstämmer med det kön som

fastställdes vid födelsen.

## Svenska pass saknar X-markering

Svenska pass saknar könsmarkeringen X. Detta kan orsaka problem för dubbla medborgare som har ett pass med X-markering. De bör säkerställa inresekraven i förväg hos amerikanska myndigheter.

## Rekommendationer för resenärer

Säkerställ inresekraven i förväg hos amerikanska myndigheter. Var särskilt noggrann med uppgifterna i din ESTA-ansökan eller visumansökan. Var beredd att lämna ytterligare information om syftet med din resa och dess varaktighet. Om ditt pass har en X-markering, kontakta den amerikanska ambassaden eller konsulatet före resan. Resenärer bör vara medvetna om dessa nya krav och säkerställa att de uppfyller alla inresekrav innan de reser till USA.

## EKONOMI

### Finlands Bank: Världsläget skapar osäkerhet – långsam ekonomisk återhämtning, handelskrig hotar

Den världspolitiska situationen har förändrats på ett farligt sätt för Europa, och osäkerhet skuggar Finlands och Europas ekonomiska tillväxt, varnar Finlands Bank i ett färskt pressmeddelande. Direktör Olli Rehn betonar att Europa snabbt måste hitta sätt att stödja Ukraina och stärka sitt eget försvar.

Osäkerheten tynger investeringar och export i euroområdet, och riskerna går mot svagare utveckling. Inflationen stabiliseras mot målet,



men den ekonomiska tillväxten är dämpad. Å andra sidan kan betydande ökning av försvarsutgifter och investeringar i Europa öka produktionen i euroområdet.

Enligt Eurosystemets gemensamma prognos kommer inflationen att vara 2,3 % år 2025 och 1,9 % år 2026. Även mått på kärninflationen tyder på att inflationen kommer att stabiliseras hållbart mot 2-procentsmålet.

”Vi beslutade i Europeiska centralbankens råd att fortsätta sänka räntorna i mars, eftersom inflationen har dämpats och de ekonomiska utsikterna har försvagats. Vi förbinder oss inte till någon räntebana, utan beslut fattas från möte till möte, nästa gång i april. Rådet behåller full handlingsfrihet när osäkerheten är stor”, säger Rehn. Styrräntan sänktes nu för sjätte gången, med 0,25 procentenheter till 2,5 procent.

### Finlands ekonomiska återhämtning långsam

Finlands ekonomi återhämtar sig från recessionen, men den ekonomiska tillväxten är blygsam och bromsas särskilt av låga investe-

ringar. I Finlands Banks interimprognos från mars 2025 förväntas ekonomin växa i samma takt som i decemberprognosen, men riskerna för en svagare utveckling än prognostiserat har ökat. Ekonomin växer med 0,8 % i år, och tillväxten förväntas öka till 1,8 % år 2026. I slutet av prognosperioden år 2027 avtar tillväxten till 1,3 %.

Ett omfattande handelskrig skulle försvaga den globala produktionen

Enligt Finlands Banks beräkningar skulle USA:s importtullar på EU-länder och Kina kunna minska den globala produktionen med drygt 0,5 % i år och nästa år. Effekterna på euroområdets ekonomi kan bli något större än detta. Ett handelskrig kan ha både prisdrivande och prisdämpande effekter.

USA har infört betydande handelsrestriktioner för sina handelspartner. ”Om USA:s omfattande tullar på import från EU-länder genomförs, skulle det försvåra Finlands varuexport, eftersom USA är en viktig exportmarknad för Finland. Den ökade osäkerheten kan i sig dämpa privatkonsumtionen, investering-

arna och tillväxten på Finlands exportmarknader”, konstaterar Rehn.

Europa och Finland behöver satsningar på säkerhet och lösningar på ekonomins strukturella problem. ”Försvarsinvesteringarna måste nu ökas i en situation där EU-ländernas offentliga underskott redan är stora. Därför behöver vi också gemensamma europeiska lösningar som måste genomföras på ett sätt som effektivt ökar vår gemensamma externa säkerhet”, betonar Rehn.

## KRIGSBROTT

### Rysk soldat döms till livstids fängelse i Finland

Detta är endast ett av de tiotusentals krigsbrott som skett efter Rysslands oprovocerade anfall mot Ukraina. Men detta fall skiljer sig från alla andra eftersom det behandlas i en finländsk domstol.

Det är tingsrätten i Helsingfors som fått Voislav Torden och hans krigsbrott på sitt bord. Den ryska soldaten Torden deltog i en grupp ryska frivilliga soldater som deltog i en strid mot den ukrainska armén. Han dödade en tillfångatagen ukrainsk soldat - och att döda tillfångatagna är strängt förbjudet bland annat i Genevekonventionen. Sedan tog han bilder av den dödade soldaten och han spred dessa i sociala medier, en sak som utgjorde en del av bevisningen.

Tingsrätten dömde Torden till livstids fängelse vilket är det vanliga straffet vid mord. Hans advokat meddelar att beslutet kommer att överklagas.

# VECKANS KONSTUPPLEVELSE



**Alexander Lauréus**  
4.1.1783, Turku  
20.10.1823, Rooma, Italia  
Självporträtt



# EVENEMANG

## TIKANOJA

Utställningen som täcker den mäterliga natur- och porträttfotografen Eero Järnefelts (1863–1937) hela karriär visas fram till 25.5.2025 på Tikanojas konstmuseum – så det finns fortfarande gott om tid.



Järnefelt har anknytning till Vasas stad och med att hans far Alexander var landshövding i Vasas län 1888–1894. Alexander bodde på Strandgatan och familjen hyrde Tottesunds gård i Maxmo sommarna 1891–1892. Eero Järnefelts syster Aino gifte sig där med Jean Sibelius.

Utställningens kurator är Ateneums intendent Timo Huusko och utställningen på Tikanojas konstmuseum har producerats av Konstmuseet Ateneum / Finlands Nationalgalleri i samarbete med Vasas museer.

## LILLA TEATERN, HELSINGFORS

Musikalen Katrina

Ifall man inte hann se denna banbrytande musikal på Wasa Teater så går det bra att resa till Helsingfors och se den där:

Föreställningar:

24.3 kl 18.30  
25.3 kl 18.30  
28.3 kl 18.30  
29.3 kl 18.30  
5.4 kl 18.30  
8.4 kl 18.30  
9.4 kl 18.30  
25.4 kl 18.30  
26.4 kl 18.30  
29.4 kl 18.30  
30.4 kl 18.30  
2.5 kl 18.30  
3.5 kl 18.30

”Den unga Katrina lockas av kärleken att flytta från Österbotten till Åland för att bli sjömanshustru. Trots

att hon blir lämnad ensam, lyckas hon gång på gång med ren viljekraft kliva över och besegra varje hinder som ödet ställer i hennes väg”.

<https://hkt.fi/esitykset/katrina/>

## UMEÅ: Norrlandsoperans konsertsal

5.3.2025 kl 19.30

Botnia Classic: Tidens spegel

- Vasa Baroque
- Seinäjoki stadsorkester

• Karleby Winteracordeon

• Musikfestspelen i Korsholm

[www.norrlandsoperan.se](http://www.norrlandsoperan.se)

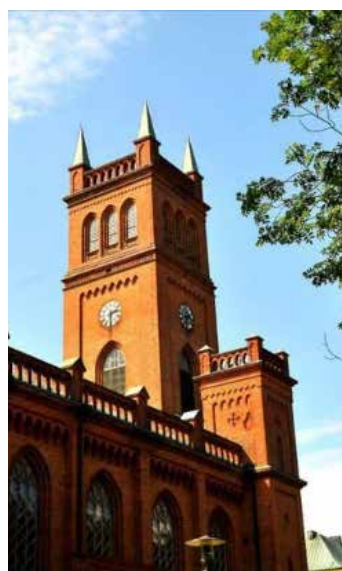
## ATENEUM

När Ateneum öppnar dörrarna till utställningen Gränsöverskridarna den 7 mars 2025, bjuds besökarna in till en fascinerande resa genom tid och rum. För första gången samlas verk av de modiga kvinnor som, trots sin tids begränsningar, korsade geografiska och sociala gränser för att skapa konst.

Bland de framträdande namnen finns två konstnärer från Vasa – den djärva landskapsmålaren **Fanny Churberg** och den skickliga porträtt- och genremålaren **Alexandra Frosterus-Såltin**.

## Kyrkornas klingande vecka:

Under Kyrkornas klingande vecka kan man lyssna på så gott som alla Vasas evangelisk-lutherska församlingars körer och orkestrar. Det är fritt inträde till alla konserter.



Missa Concordiae fredag 28.3 klockan 19 i Trefaldighetskyrkan. Sing the Joy, dirigent Sini Usmi.

Barnens fest lördag 29.3 klockan 15 i Lillkyro kyrka.

Församlingarnas barnkörer. Canticum Maris a cappella söndag 30.3 klockan 19 i Trefaldighetskyrkan.

Dirigent Tarja Viitanen. Kyrkokörerna och kantorerna onsdag 2.4 klockan 19 i Trefaldighetskyrkan.

Ungdomskören Merina torsdag 3.4 klockan 19 i Brändö kyrka. Dirigent Tarja Viitanen.

**TOMMYS: TILLSAMMANS IGEN**  
RITZ  
5.3.2024 KL 19 - 21.30  
Hans Martin, Nicklas Källdström  
<https://ritz.fi/events/>

## Vaasa-Vasa Baroque

La / Lö 22.3 klo / kl. 16.00  
Musiikkia Veturitallissa / Musik i Lokstallet

Sinfonioita yhdelle viululle – Stradellan sonaatteja ja kirjeitä

Symfonier för en violin – Stradellas sonater och brev Pirkanmaan barokki & Aira Maria Lehtipuu

Tähän konserttiin on vapaa pääsy! Avoimet ovet Veturitallissa koko päivän,

tule tutustumaan Wärtsilän alueeseen.

<https://vaasabaroque.com/>

## VASA HUMORFESTIVAL 2025

2-4.4.2025  
Arr. Finlandssvensk kulturutveckling

**Vaasa-Vasa Baroque**  
Su / Sö 27.4 klo / kl. 17.00  
Stadshusets festsal

Händel ja Roman Lontoossa – Händel möter Roman i London  
Kajsa Dahlbäck, sopraano / sopran  
Drottningholms barockenensemble (SWE)  
<https://vaasabaroque.com/>

**VASA KÖRFESTIVAL XXXI**  
22-24.5.2025

Vasa Körfestival är ett internationellt storevenemang för körmusik. Sångarsångens glada och sociala avslutningsfest är öppen för alla körer.

**MUSIKFESTSPELEN I ILMAJOKI**

”STORA OFREDEN 1713-1721”  
6-15.6.2025

”Denna mäktiga och aktuella opera tar hatets år och våra förfäders öden tillbaka till Kyrö älvs stränder.

Big Wrath är en skakande och närande berättelse om familjeband, moderskärlek, uthållighet och kraften i samarbete under en tid, när Rysslands brutala anfallskrig mot Finland brände ner Österbotten till svart jord.”

[www.musiikkijuhlat.fi](http://www.musiikkijuhlat.fi)

## NÄRPES TEATER

”Maskinisterna”, en pjäs om Bröderna Wickström och deras motorfabrik. med manus och regi av Erik Kiviniemi.

Urpremiär 28.6.25 klo 19

Andra föreställningar:  
1.-7 kl 19  
3.7. kl 19  
7.7. kl 19

# LYCKA

## LYCKA

# Lyckans geografi – en kåseri om Finland och Vasa

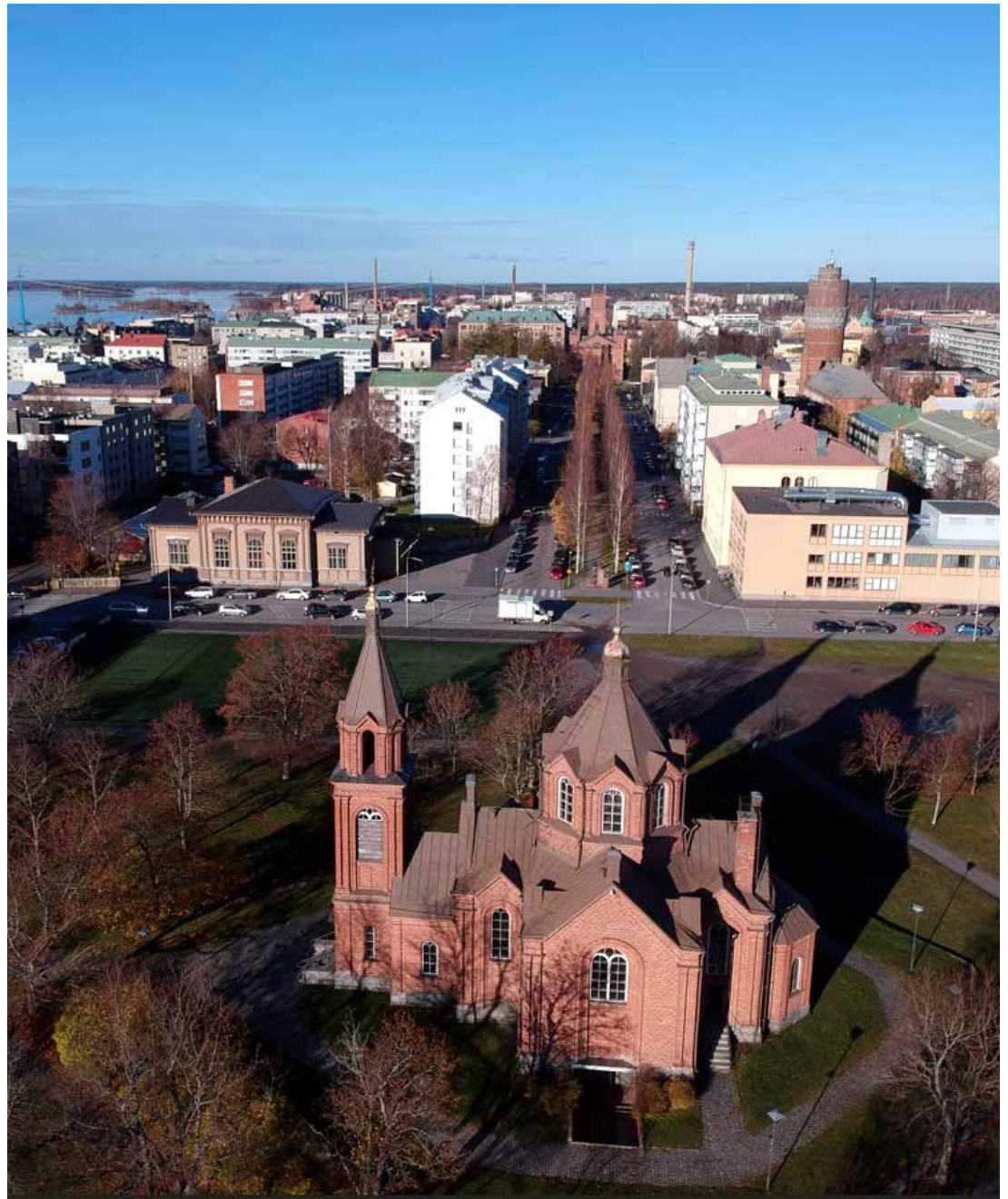
**A**tta år i rad! Det är som en olympisk guldmedalj i maraton, fast i lycka. Finland, detta nordliga land med sina tusen sjöar och ännu fler myggor, har återigen krönt till världens lyckligaste land. World Happiness Report 2025 är här, och Finland tronar återigen på toppen.

Man kan ju undra, vad är det i det finska vattnet? Eller är det kanske den friska luften, de långa sommarkvällarna, eller den lakritsdoftande bastun? Eller kanske, bara kanske, är det den där tystlåtna, men ändå så varma, finska folksjälen?

När man tittar på listan, så ser man ett tydligt mönster. Norden dominerar, med Danmark, Island och Sverige hack i häl. Sedan kommer Nederländerna och Costa Rica som en exotisk överraskning. Men i botten av listan hittar vi länder som Malawi, Libanon, Sierra Leone och sist men inte minst, Afghanistan.

Kontrasterna är slående. Från det trygga och välmående Finland till de krigshärjade och fattiga länderna i botten. Det får en att fundera på vad lycka egentligen är. Är det materiell rikedom, eller är det något annat? Något mer immateriellt, som trygghet, gemenskap och tillit?

Och så har vi Vasa, staden som sägs vara Finlands lyckligaste. Om Finland är världens lyckligaste land, då måste väl Vasa vara världens lyckligaste stad? Jag ser framför mig lyckliga vasabor som promenerar längs strandpromenaden, äter glass och skrattar i kapp med måsarna. Eller kanske sitter de tysta i en park, njuter av solen och



känner en inre frid som bara en vasabo kan känna.

De som inte varit i Vasa känner säkert en stark längtan att i något skede kunna besöka denna lyckliga stad. De vill se med egna ögon detta lyckans Mecka. De vill andas in den lyckliga luften, smaka på det lyckliga vattnet och kanske, bara kanske, få en liten glimt av den där finska lyckan som alla pratar om.

Men oavsett om det är Vasa, Helsingfors, eller någon annan plats i Finland, så är det tydligt att något speciellt pågår i detta land. Kanske är det inte en enskild faktor, utan en kombination av många. Kanske är det den där finska "sisu", en blandning av envishet och uthållighet, som gör att finländarna klarar av både mörka vintrar och besvärliga granar. För att inte tala om bada

bada bastu.

Oavsett vad hemligheten är, så kan vi alla lära oss något av Finland. Kanske handlar det om att uppskatta de små sakerna i livet, att vara tacksam för det man har, och att ta hand om varandra.

Eller kanske handlar det bara om att ha en bra bastu och tillräckligt med lakrits och knäckebröd.

# RYSSLANDS ANFALLSKRIG MOT UKRAINA

## En solidaritetens fästning: Zelenskyjs besök i Helsingfors förstärker finskt stöd och skapar nya partnerskap



**L**en kraftfull uppvisning av solidaritet avslutade Ukrainas president Volodymyr Zelenskyj och första damen Olena Zelenska ett avgörande besök i Finland, vilket befäste nationens orubbliga stöd till Ukraina och skapade nya partnerskap inom försvar, utbildning och humanitärt bistånd. Det två dagar långa besöket, präglad av gripande ögonblick och strategiska avtal, underströk

det varaktiga bandet mellan de två nationerna inför rysk aggression. Besöket inleddes med ett viktigt möte mellan presidenterna Zelenskyj och Alexander Stubb, med fokus på att stärka den europeiska säkerheten och uppnå en rättvis fred i Ukraina. Under ett tal till studenter och lärare vid Helsingfors universitet och Tammerfors universitet uttryckte president Zelenskyj djup tacksamhet för

Finlands ståndaktiga stöd. "Vi är på väg, och vi ser våra flaggor på era gator", förklarade han och betonade den skarpa kontrasten mellan Ukrainas internationella stöd och Rysslands isolering. "Detta är svaret till Ryssland, som visar att Ukraina inte är ensamt, utan Ryssland är det. Det är angriparen, och i dag står det ensamt." President Stubb upprepade denna känsla och förespråkade

starkare sanktioner mot Ryssland, användning av frysgator på era gator", förklarade han och betonade den skarpa kontrasten mellan Ukrainas internationella stöd och Rysslands isolering. "Detta är svaret till Ryssland, som visar att Ukraina inte är ensamt, utan Ryssland är det. Det är angriparen, och i dag står det ensamt." President Stubb upprepade denna känsla och förespråkade starkare sanktioner mot Ryssland, användning av frysgator på era gator", förklarade han och betonade den skarpa kontrasten mellan Ukrainas internationella stöd och Rysslands isolering. Han betonade vikten av att visa Ryssland att en utdragen konflikt är ohållbar. President Zelenskyj betonade vidare behovet av en enad europeisk försvarsinfrastruktur, en "enad armé, och en mycket teknologisk sådan", som ett avgörande steg mot att skydda det europeiska levnadssättet.

En betydande höjdpunkt under besöket var ledarnas inspektion av skyddsrummet Merihaka, Helsingfors största underjordiska anläggning. Detta besök, som symboliserar Finlands robusta civila beredskap, underströk vikten av motståndskraft inför konflikter. President Zelenskyj bekantade sig med Finlands omfattande skyddsrumssystem, som kan rymma miljon-tals människor i händelse av en nödsituation. Undertecknandet av en gemensam avsiktsförklaring mellan Ukrainas minister för strategiska industrier, Herman Smetanin, och Finlands inrikesminister, Mari Rantanen, markerade lanseringen av en koalition för civila skyddsrum, ett avgörande steg mot att stärka Ukrainas egna civila försvarsförmåga. Det faktum att skyddsrummen i Finland används som vardagsutrymmen, som parkeringsgarage och idrottsanläggningar, visade ett system med dubbla användningsområden som imponerade på den ukrainska delegationen.

Första damen, Olena Zelenska, spelade en central roll i att stärka de utbildningsmässiga och humanitära banden. Hennes möte med finska företagsledare, filantroper och representanter för de kulturella och utbildningsmässiga samhällena resulterade i ett betydande lyft för Olena Zelenska-stiftelsens projekt "Superhjältarnas skola". Finska filantroper lovade att finansiera skapandet av två nya centra, som tillhandahåller utbildningsutrymmen för barn som genomgår behandling på sjukhus. "Genom att skydda deras rätt till hälsa, utbildning och utveckling skyddar vi vår framtid", sade hon och uttryckte innerlig tacksamhet för Finlands stöd. Den snabba mobiliseringen av medel från finska givare,





ett bevis på deras orubbliga engagemang, understryker den djupt rotade empatin och solidariteten gentemot ukrainska barn.

I ett banbrytande ögonblick för ukrainska studier blev Finland den första nationen att ansluta sig till den globala koalitionen för ukrainska studier. Under möten med rektorerna för Helsingfors universitet och Tammerfors universitet betonade Olena Zelenska vikten av akademiskt samarbete och spridning av korrekt information om Ukraina. Hon berömde de befintliga partnerskapen mellan finska och ukrainska institutioner, särskilt samarbetet mellan Helsingfors universitet och Karazin Kharkiv National University, som fortsätter att blomstra trots den pågående konflikten. Införandet av ukrainska språkurser och kurser i ukrainsk historia vid finska universitet hyllades som avgörande steg för att motverka ryska narrativ och främja en djupare förståelse av Ukraina. Dessutom donerade första damen samlingar av ukrainska böcker till universitetsbiblioteken, vilket berikade deras resurser och främjade kulturellt utbyte. ”Böcker talar till ukrainare och våra vänner runt om i världen och utvidgar deras krets”, betonade hon. ”Starka relationer byggs bara genom förståelse och medvetenhet.”

Den globala koalitionen för ukrainska studier, under beskydd av Olena Zelenska, syftar till att förena universitet och forskningsinstitutioner över hela världen i studiet av Ukraina. Inkluderandet av Helsingfors universitet och Tammerfors universitet representerar en viktig milstolpe i detta initiativ, vilket understryker Finlands engagemang för akademiskt samarbete och främjande av ukrainsk kultur och historia.



Besöket avslutades med ett starkt budskap om enighet och motståndskraft. President Zelenskyjs närvaro i Helsingfors fungerade som en kraftfull påminnelse om Ukrainas beslutsamhet att försvara sin suveränitet och territoriella integritet. Finlands orubbliga stöd, som demonstrerades genom konkreta åtgärder och innerlig solidaritet, förstärker det internationella samfundets engagemang för att stå vid Ukrainas sida i dess kamp för frihet och en rättvis fred. De partnerskap som skapades under detta besök, som spänner över försvar, utbildning och humanitärt bistånd, kommer utan tvekan att stärka banden mellan de två nationerna och bidra till Ukrainas långsiktiga motståndskraft och återhämtning. Bilderna av de två presidenterna, sida vid sida, i djupet av ett finskt skyddsrum, kommer att bli en bestående symbol för europeisk beslutsamhet.

*License: Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International. The use of any materials posted on the website is permitted provided you link to [www.president.gov.ua](http://www.president.gov.ua) regardless of full or partial use of materials.*



*During her visit to Finland, First Lady of Ukraine Olena Zelenska met with Rector of the University of Helsinki Sari Lindblom and Vice President of Tampere University Jarmo Takala.*



*Olena Zelenska*



# ASTRONOMI



## SOLFÖRMÖLKELSE

### Solförmörkelsen den 29 mars 2025: En himmelsk händelse att titta på

**D**en 29 mars 2025 kommer en spektakulär himmelsk händelse att inträffa: en partiell solförmörkelse. En solförmörkelse inträffar när månen passerar mellan jorden och solen och blockerar en del av eller hela solens ljus. Även om denna förmörkelse inte kommer att vara en total solförmörkelse, kommer den fortfarande att vara en fascinerande händelse för himmelskådare i vissa delar av världen, inklusive Finland.

#### Förmörkelsens väg

Förmörkelsen den 29 mars 2025 kommer att vara en partiell solförmörkelse som är synlig över ett brett område, inklusive delar av Europa, norra Afrika, Mellanöstern, västra Asien och Nordatlanten. Förmörkelsen kommer inte att nå sin helhet någonstans på jorden, vilket innebär att månen inte kommer att täcka solen helt. Graden av täckning kommer dock att variera beroende på var ob-

servatören befinner sig.

#### Synlighet i Finland

I Finland kommer den partiella solförmörkelsen att vara synlig, även om månen kommer att täcka endast en liten del av solen. Den exakta tidpunkten och magnituden för förmörkelsen beror på var du befinner dig i landet. Här är de allmänna detaljerna för Finland:

**Förmörkelsestart:** Förmörkelsen börjar sent på morgonen eller tidigt på eftermiddagen, beroende på var du befinner dig.

**Maximal förmörkelse:** Toppen av förmörkelsen kommer att inträffa runt 12:30 till 13:30 lokal tid (UTC+2).

**Eclipse End:** Evenemanget kommer att avslutas mitt på eftermiddagen, runt 14:00 till 15:00 lokal tid.

**I Helsingfors till exempel:** Förmörkelsen börjar ungefär klockan 11:50 lokal tid.

Den maximala förmörkelsen kommer att inträffa runt 12:45 lokal tid, med cirka 10-

15% av solens skiva täckt av månen.

Solförmörkelsen kommer att sluta klockan 13:40 lokal tid. Även om solens täckning kommer att vara relativt liten i Finland, kommer det ändå att vara en unik möjlighet att observera detta himlafenomen.

#### Hur man säkert ser förmörkelsen

Att observera en solförmörkelse kräver försiktighet. Titta aldrig direkt på solen utan ordentligt ögonskydd, eftersom det kan orsaka permanenta ögonskador. Här är några säkra sätt att se förmörkelsen:

**Solförmörkelseglasögon:** Använd certifierade solskyddsglasögon som uppfyller säkerhetsstandarden ISO 12312-2.

**Pinhole Projector:** Skapa en enkel nålhålsprojektor för att indirekt se förmörkelsen.

**Teleskop med solfilter:** Om du använder ett teleskop eller kikare, se till att de är

utrustade med ett ordentligt solfilter.

#### Varför denna förmörkelse är viktig

Även om förmörkelsen den 29 mars 2025 inte är en total solförmörkelse, är den fortfarande en påminnelse om himlakropparnas intrikata dans i vårt solsystem. För dem som befinner sig i Finland erbjuder det en chans att bevittna en sällsynt astronomisk händelse och uppskatta universums underverk.

Den partiella solförmörkelsen den 29 mars 2025 kommer att vara synlig i Finland, vilket ger en möjlighet för himmelskådare att observera denna himmelska händelse. Även om månen bara kommer att täcka en liten del av solen, kommer det ändå att vara en minnesvärd upplevelse för dem som tar sig tid att se den på ett säkert sätt. Markera dina kalendrar och förbered dina visningsverktyg för att njuta av detta astronomiska spektakel!



# AFRIKA



## MAT- OCH LÄKEMEDELSBRIST I AFRIKA

### Konsekvenser av att USA stoppar allt bistånd till Afrika: en hotande humanitär kris

**U**SA har länge varit en av de största givarna av utländskt bistånd till Afrika och ger miljarder dollar varje år för att stödja hälsoinitiativ, livsmedels säkerhet, utbildning och ekonomisk utveckling. Om Förenta staterna plötsligt skulle avbryta allt bistånd till kontinenten skulle det få katastrofala följder, förvärra befintliga kriser och skapa nya. Från den potentiella explosiva tillväxten av hiv-epidemin till ökningen av läkemedelsresistenta hiv-stammar och ökad hunger skulle spridningseffekterna bli kännbara i hela Afrika och på andra håll.

**Hiv-epidemin: en tickande bomb**  
En av de mest omedelbara och förödande konsekvenserna av att skära ned på biståndet skulle bli konsekvenserna för hiv-behandling och förebyggande program. Beredskapsplanen för aids (PEPFAR), som lanserades av USA:s president 2003, har varit en hörnsten i den globala kampen mot hiv/aids. PEPFAR har tillhandahållit livräddande antiretroviral vård (ART) till miljontals människor, stöttat förebyggande program och stärkt hälso- och sjukvårdssystemen i Afrika. Om det amerikanska biståndet skulle stoppas skulle tillgången på antiretrovirala läkemedel allvarligt

störas. Miljontals människor som är beroende av dessa läkemedel för att kontrollera hiv och förhindra utvecklingen av aids skulle bli utan behandling. Detta skulle kunna leda till en kraftig ökning av aidsrelaterade dödsfall, vilket kommer att vända de framsteg som gjorts under årens lopp. Enligt UNAIDS lever cirka 25,6 miljoner människor i Afrika söder om Sahara med hiv, och många är beroende av PEPFAR-finansierade program för att överleva.

Dessutom kan avbruten behandling leda till utveckling av läkemedelsresistenta stammar av HIV. När patienter inte tar sin medicin konsekvent kan viruset mutera och bli resistent mot mediciner, vilket gör det svårt att behandla. Detta skulle inte bara äventyra den enskildes hälsa, utan skulle också utgöra en betydande risk för folkhälsan, eftersom läkemedelsresistent hiv skulle kunna spridas snabbt och undergräva de globala ansträngningarna för att kontrollera epidemin.

**Hunger och osäker livsmedelsförsörjning: en allt djupare kris**  
Förenta staterna har en avgörande roll att spela i kampen mot den osäkra livsmedelsförsörjningen i Afrika. Program som finansieras av U.S. Agency for International Development (USAID) och andra

organisationer ger akut livsmedels hjälp, stöder jordbruksutveckling och förbättrar näringen för miljontals människor. Om detta bistånd skars ned skulle länder som redan lider av allvarlig livsmedelsbrist drivas till avrundens rand.

Länder som Somalia, Sydsudan och Jemen (dock inte i Afrika, som är starkt beroende av amerikanskt bistånd) skulle vara särskilt sårbara. Dessa länder kämpar redan med konflikter, klimatförändringar och ekonomisk instabilitet, som har lämnat miljontals människor på randen till svält. Utan USA:s hjälp skulle FN:s livsmedelsprogram (WFP) och andra organisationer ha svårt att ge tillräckligt med livsmedelsbistånd, vilket skulle leda till ökad undernäring, svält och möjligen svält.

Barn skulle vara bland de hårdast drabbade. Undernäring i tidig barndom kan orsaka tillväxthämning, försämra den kognitiva utvecklingen och öka mottagligheten för sjukdomar. De långsiktiga konsekvenserna av utbredd undernäring skulle bli djupgående och påverka inte bara enskilda människors liv utan också den ekonomiska och sociala utvecklingen i hela nationer.

**Kollaps av hälso- och sjukvårdssystemen**

USA:s bistånd har varit avgörande

för att stärka hälso- och sjukvårdssystemen i hela Afrika. Förutom HIV/AIDS-program stöder USA:s finansiering mödra- och barnhälsa, vaccinationskampanjer och kampen mot infektionssjukdomar som malaria och tuberkulos. Att skära ned på biståndet skulle leda till att många hälso- och sjukvårdssystem blir underfinansierade och dåligt rustade för att möta befolkningens behov.

**Ekonomisk och politisk instabilitet**

Tillbakadragandet av det amerikanska biståndet skulle också kunna få betydande ekonomiska och politiska konsekvenser. Många afrikanska länder är beroende av utländskt bistånd för att komplettera sina budgetar och finansiera utvecklingsprojekt. En plötslig nedskärning av biståndet skulle kunna leda till ekonomisk instabilitet, minskade offentliga tjänster och ökad arbetslöshet. Den politiska instabiliteten kan också öka när regeringarna kämpar för att tillgodose befolkningens behov. I vissa fall kan detta leda till social oro, konflikter och massmigration. Den instabilitet som detta leder till skulle inte bara påverka Afrika utan skulle också kunna få globala konsekvenser, bland annat ökade flyktingströmmar och ökad oro för säkerheten.

# MINNA CANTH

## MINNA CANTH

”Kvinnofrågan är en fråga om mänsklighet”

Minna Canths dag 19 mars

Varför finns det så mycket våld mot kvinnor i det lyckligaste landet i världen?

**D**en 19 mars firas Minna Canth-dagen, som tillägnas en av Finlands mest betydande författare och samhällspåverkare. Minna Canth (1844–1897) var en pionjär för sin tid som i sina verk och tal lyfte fram kvinnors rättigheter och sociala orättvisor. Hennes välkända fras ”Kvinnofrågan är inte bara en kvinnofråga, det är en fråga om mänsklighet” beskriver väl hennes syn på att det inte bara ligger i kvinnans eget intresse att förbättra kvinnans ställning, utan att det gagnar hela samhället. Denna tanke är fortfarande relevant, särskilt när vi tittar på dagens utmaningar, som den våldsamma behandlingen av kvinnor.

### Minna Canth: Liv och arv

Minna Canth föddes i Tammerfors 1844 och växte upp i en familj som värderade utbildning högt. Hon studerade till lärare vid seminariet i Jyväskylä, vilket var en sällsynt möjlighet för en kvinna på den tiden. Efter att ha gift sig flyttade han till Kuopio, där han inledde sin karriär som författare och blev en av Finlands mest kända författare. Canth gjorde en rigorös samhällskritik i sina verk, där hon behandlade ämnen som kvinnors rättigheter, fattigdom och religionens roll i samhället. Hennes pjäs ”Arbetarens hustru” (1885) är ett av de mest kända verken som behandlar kvinnans ställning i äktenskapet och samhället.

Canth skrev inte bara om kvinnors rättigheter, utan hon var själv aktiv i samhällsdebatten. Hon var en av de första finländska kvinnorna som använde en offentlig plattform för att kräva social förändring. Hennes idéer



Minna Canth-statyn i Kuopio

om kvinnors jämställdhet och social rättvisa är relevanta än i dag.

### Lycka och konflikt

Finland har ofta belönats som det lyckligaste landet i världen, och det är känt för sin höga levnadsstandard, sitt välfärdssamhälle och sin jämlikhet. I en global jämförelse är Finland också ett av de säkraste länderna. Men även om Finland i många avseenden är ett föregångssamhälle, är våldsbehandlingen av kvinnor oroväckande hög. Enligt statistiken är Finland det land som har den näst högsta nivån av våld mot kvinnor i Europeiska unionen. Denna motsägelse

väcker frågor om varför det är så och hur det kan hanteras.

En förklaring kan vara att Finland har gjort betydande framsteg på jämställdhetsområdet, vilket kan ha lett till att våld mot kvinnor ingriper och rapporteras mer aktivt än i vissa andra länder. Å andra sidan tar detta inte bort det faktum att våld fortfarande är ett stort problem. Våld mot kvinnor är ofta dolt och djupt rotat i vårt samhälles strukturer och attityder.

### Kvinnofrågan är en fråga om medmänsklighet

Minna Canths mening ”Kvinnofrågan är inte bara en kvinno-

fråga, det är en fråga om mänsklighet” är mer aktuell idag än någonsin. Våld mot kvinnor är inte bara ett kvinnoproblem, det är ett problem för samhället som helhet. Det speglar djupare strukturella problem, såsom användning av makt och kontroll, ojämlikhet mellan könen och kulturella normer som gör att våldet kan normaliseras.

Det behövs en mångfasetterad strategi för att förebygga våld. Utbildning och information är avgörande för att bättre förstå orsakerna till och konsekvenserna av våld. Det är också viktigt att stödja offren och ge dem asyl och hjälp. Samhället bör också ingripa i diskriminerande strukturer och främja jämlikhet inom alla livsområden.

Minna Canths arv påminner oss om att kvinnors rättigheter är en central del av samhällsutvecklingen. När kvinnornas ställning förbättras gynnas hela samhället av det. Finland har kommit långt när det gäller jämställdhet, men Minna Canths budskap är fortfarande relevant: kvinnofrågan är en fråga för mänskligheten och för att lösa den krävs allas insatser.

Minna Canths tankar och arbete har inspirerat generationer och hennes arv lever vidare. Hennes fras ”Kvinnofrågan är inte bara en kvinnofråga, det är en fråga om mänsklighet” fungerar som en påminnelse om att det är allas ansvar att främja jämlikhet och rättvisa.

Finland har gjort betydande framsteg, men den omfattande våldsbehandlingen av kvinnor visar att det fortfarande finns mycket att göra. Trogna Minna Canths anda bör vi fortsätta att kämpa för ett samhälle där alla kan leva tryggt och jämlikt

# VÄRLDENS BEFOLKNING

## EN FINLÄNSK UNDERSÖKNING

### Vi är betydligt fler än vi trott:

### Världsbefolkningen reviderad i finländsk studie

**D**en globala befolkningen har länge varit ett ämne som fascinerat, debatterats och oroat. I decennier har officiella siffror antytt att världen är hem åt cirka 8 miljarder människor. Men en banbrytande studie publicerad i Nature Communications den 18 mars 2025 utmanar dessa uppskattningar och avslöjar att den globala befolkningen – särskilt på landsbygden – kan vara betydligt större än tidigare antagits. Studien, med titeln Globala rutnätsbaserade befolkningsdataset underskattar systematiskt landsbygdsbefolkningen, ledd av finska forskare Josias Láng-Ritter, Marko Keskinen och Henriikki Tenkanen, visar på slående skillnader i globala befolkningsdataset och väcker frågor om hur korrekt vår förståelse av världens befolkning egentligen är.

#### Studien: En systematisk validering av befolkningsdata

Studien fokuserar på globala rutnätsbaserade befolkningsdataset, som används av regeringar, NGO:er och forskare för att informera politik rörande hållbar utveckling, resursfördelning och katastrofhantering. Dessa dataset, såsom WorldPop, GWP, GRUMP, LandsCan och GHS-POP, kalibreras vanligtvis med städers befolkningsdata, eftersom stadsområden är lättare att övervaka och mäta. Men noggrannheten i dessa dataset för landsbygdsområden har varit till stor del outforskad – tills nu.

Det finska forskningsteamet genomförde en systematisk validering av dessa dataset genom att jämföra dem med rapporterade siffror om mänsklig omflyttning från 307 stora dammbyggnadsprojekt i 35 länder. Dessa projekt, som ofta innebär förflyttning av landsbygdsbefolkning, gav en unik möjlighet att bedöma noggrannheten i befolkningsuppskattningar på landsbygden. Resultaten var slående: alla dataset som undersöktes visade på betydande negativa avvikelser, där landsbygdsbefolkningen underskattades med mellan -53 % och -84 %. Även det mest precisa datasetet, WorldPop, underskattade lands-



bygdsbefolkningen med hälften. Konsekvenserna av resultaten är betydande. Om landsbygdsbefolkningen underskattas med så stora marginaler, tyder det på att den globala befolkningen kan vara betydligt större än den officiella siffran på 8 miljarder. Även om studien inte ger en reviderad uppskattning av den globala befolkningen, väcker den möjligheten att det verkliga antalet kan vara miljardtals högre, särskilt med tanke på att landsbygdsområden utgör en betydande del av världens befolkning. Denna underskattning har långtgående konsekvenser. Landsbygdsbefolkningar är ofta marginaliserade när det gäller tillgång till tjänster, resurser och representation i policybeslut. Om deras befolkning systematiskt underskattas, förvär-

rar det befintliga ojämlikheter och undergräver insatser för att uppnå hållbar utveckling. Till exempel kan en underskattning av landsbygdsbefolkningen leda till otillräcklig resursfördelning för hälsovård, utbildning och infrastruktur, vilket bidrar till att upprätthålla fattigdom och underutveckling.

#### Varför underskattas landsbygdsbefolkningen?

Studien identifierar flera anledningar till varför landsbygdsbefolkningen underskattas i globala dataset. För det första är stadsområden lättare att övervaka på grund av deras högre befolkningstäthet och bättre infrastruktur, vilket gör dem till det primära fokuset för datainsamling. För det andra saknar landsbygdsområden ofta den administrativa

kapaciteten att genomföra noggranna folkräkningar, vilket leder till luckor i datan. För det tredje är modellerna som används för att skapa rutnätsbaserade befolkningsdataset vanligtvis kalibrerade med stadsdata, vilket kanske inte är tillämpligt på landsbygden.

Forskarna menar att förbättringar i noggrannheten för befolkningsdataset på landsbygden kräver en mångfacetterad strategi. Detta inkluderar att stärka folkräkningar, utforska alternativa metoder för befolkningsberäkning (som satellitbilder och mobiltelefondata) och omkalibrera befolkningsmodeller för att bättre reflektera verkligheten på landsbygden.

**En bredare fråga: Vad är den verkliga världsbefolkningen?**

Studiens resultat uppmanar oss att ompröva vad vi vet – eller tror att vi vet – om världens befolkning. Om landsbygdsbefolkningen underskattas med så stora marginaler, väcker det frågan: hur många människor lever egentligen på denna planet? Även om studien inte ger ett definitivt svar, antyder den att den verkliga globala befolkningen kan vara betydligt högre än de officiella uppskattningarna.

Denna möjlighet har viktiga implikationer för globala utmaningar som klimatförändringar, matsäkerhet och resurshantering. En större befolkning skulle innebära ett större behov av resurser, ökad press på ekosystem och intensifierad konkurrens om mark och vatten. Det skulle också kräva en omvärdering av globala policys och strategier för att säkerställa att de baseras på korrekt data.

### **En uppmaning till handling**

Den finska studien fungerar som en varning för det globala samfundet. Den belyser det akuta behovet av att förbättra noggrannheten i befolkningsdata, särskilt på landsbygden, och att säkerställa att denna data används för att informera rättvisa och hållbara policys. Som forskarna betonar: "tidigare och framtida tillämpningar av dataset måste diskuteras kritiskt i ljuset av de identifierade avvikelserna."

Praktiskt sett innebär detta att investera i bättre metoder för datainsamling, prioritera inkludering av landsbygdsbefolkningar i globala dataset och omkalibrera modeller för att bättre spegla verkligheten på landsbygden. Det innebär också att erkänna mångfalden och komplexiteten i landsbygdsbefolkningar, som ofta förbises i globala narrativ. I slutändan påminner studien oss om att data inte bara är en samling siffror – det är en spegling av människors liv, behov och aspirationer. Genom att säkerställa att vår data är korrekt och inkluderande kan vi skapa en värld som är mer rättvis, jämlik och hållbar för alla.

### **Vi bör ompröva vår förståelse av världen**

Den finska studien uppmanar oss att ompröva vår förståelse av världens befolkning. Den visar att vi kan vara betydligt fler än vi trott, särskilt på landsbygden, som länge har varit marginaliserad och underskattad. Denna insikt har djupa implikationer för global politik, resursfördelning och hållbar utveckling.



När vi går framåt är det avgörande att ta itu med avvikelserna i vår data och säkerställa att landsbygdsbefolkningar representeras korrekt. Endast då kan vi skapa policys och strategier som verkligen tillgodoser alla människors behov, oavsett var de bor. Världen kan vara mer befolkad än vi insett, men med korrekt data och inkluderande policys kan vi möta utmaningen och bygga en bättre framtid för alla.

Referens: Lång-Ritter, J., Keskinen, M. & Tenkanen, H. Global gridded population datasets systematically underrepresent rural population. *Nat Commun* 16, 2170 (2025). <https://doi.org/10.1038/s41467-025-56906-7>

# VÖRÅ KYRKA

## Altarskåpet och altartavlorna i Vörå kyrka

Vörå kyrka är den äldsta i burkvarande träkyrkan i Finland. Den har anor från år 1519 då en stensakristia byggdes på den plats där kyrkan nu finns.

Själva kyrkan byggdes under åren 1626-1627. Kyrktornet är 42 meter högt.

Altarskåpet förmodas vara byggt i Lübeck i slutet av 1400-talet och enligt en sägne skall det ha hämtats till Finland som krigsbyte,

Kyrkan har omkring 1000 sittplatser.

Den renoverades senast år 1959 och det börjar bli hög tid för en ny renovering, också med tanke på att kyrka om ett par år fyller aktningsvärda 400 år.

I samband med denna planerade renovering kommer det över 500 år gamla altarskåpet att flyttas från altaret till norra väggen i koret.

Detta har väckt en rätt häftig debatt i Vörå och också på sociala medier, Många Vörå-bor anser att altarskåpet som berättar legenden om Sankta Anna och Joakim fortsättningsvis förtjänar sin plats vid altaret.

Så här skriver Bertel Nygård på Facebook om flyttningen av altarskåpet. Han är ilsken över den planerade flyttningen av altarskåpet:

”Vad jag gör just nu? Uppriktigt sagt är jag ledsen. Jag läser i Vasabladet att man ska re-novera Vörå kyrka och i samband med det förvisa kyrkans största skatt, det unika altarskåpet, från dess rätta, centrala plats vid altaret till en plats på sidan om, en bra bit till vänster. En fönstermålning av korsfästelsen ska ersätta det oersättliga.

Kyrkoherden säger sig ha legat



vaken om nätterna innan han kunnat acceptera förändringen. Men så hittade han en teologisk förklaring: korsfästelsen är central i den kristna tron. Kan så vara - men korsfästelsen finns ju redan upphöjd i form av det fascinerande krucifixet snett ovanför altarskåpet.

Båda konstverken har sin historia, som vid sidan av folkliga berättelser landar i medeltiden. I boken ”Fädernas kyrka - och vår” skriver

Charlotte von Essen om altarskåpet. I en bildtext slår hon fast: ”Altarskåpet i Vörå kyrka har kallats Österbottens vackraste och mest värdefulla konstverk. ...

Att nedklassa altarskåpet till något vid sidan om innebär enligt min mening att riva kyrkan när man haft för avsikt att renovera den. Ursäkta den överdrivna formuleringen, men jag är ärligt talat ilsken!”



## Granbarkborren hotar våra granskogar

**Granbarkborren (*Ips typographus*) är en ca en halv centimeter lång skalbagge som utgör det ekonomiskt mest betydande hotet mot granträd i skogsbeståndet. Dess reproduktion sker främst i träd som har fallit av blåst eller som är försvagade.**

**G**ranbarkborren förökar sig i trädens inre bark, både levande och död ved. De vuxna skalbaggar övervintrar i skogsmarken och i träden när miljöförhållandena inte är gynnsamma för reproduktion. När förhållandena är rätt letar de vuxna barkborrarna upp till en halv mil i sökandet efter en sårbar värd. När de hittar värden, borrar de genom försvagad bark för att bygga tunnlar där de kan para sig och lägga ägg. De utsöndrar feromoner för att locka fler individer till trädet. Två till fem veckor efter kontamineringen kan de migrera till en annan värd och upprepa processen. När larverna kläcks matar de och förpuppar sig under barken. Upp till tre generationer kan produceras per år.

Granbarkborrar kommunicerar med varandra genom att använda feromoner, föreningar eller blandningar som förmedlar meddelanden. Vissa elektrofysiologiska och beteendemässiga statistiker visar att granbarkborrar inte bara kan känna luktmeddelanden direkt från andra granbarkborrar utan också vissa föreningar från träd.

Granbarkborren kan bilda en symbiotisk relation med vissa Ophiostomata-les-svampar. Dessa

barkborrar som lever på ved levererar svampar som ett komplement till sin diet.

Granbarkborren har förmågan att snabbt sprida sig över stora områden. Under utbrott kan granbarkborrar överväldiga trädförsvar. Även om de är specialiserade på gran, finns de inte över hela granens utbredningsområde. De kan

inte heller överleva i de nordligaste granskogarna på grund av otillräckliga klimatvariationer.

### Inverkan

Ekologiskt sett har granbarkborren en betydande inverkan på både ekologisk och ekonomisk miljö för granskogar. Tillsammans med stormhändelser anses bark-



*En gran angripen av granbarkborren*



*Image: Juan de Vojnikov, Creative Commons Attribution 3.0*

borreutbrott av vissa vara en av de viktigaste naturliga störningarna i denna region. Det finns forskare som anser att denna skalbagge är en nyckelart, delvis eftersom den har ett ovanligt stort antal relationer med andra organismer i samhället och förändrar sin miljö så drastiskt.

Barkborreutbrott hjälper generellt till att förnya skogen och främjar evolutionen av starkare, mer resistenta träd genom att initiera olika anpassningar för att avvärja deras attacker.

### **Ekonomisk påverkan**

Barkborrarna associeras med olika typer av svampar, var och en med olika grundläggande ekologiska roller. Flera svamppatogener kan överföras till granar av barkborrarna, och en av de mest skadliga är en art av blåa-delsvamp, *Ophiostoma polonicum*, som kan döda friska träd genom att hindra vattenflödet och få dem att visna. Det färgar också träet med

blåa strimmor, vilket förstör dess kommersiella värde. Resultaten av sådana barkborreutbrott kan vara förödande för skogsindustrin i området på grund av den tid det tar för naturlig regression att äga rum.

### **Upptäckt**

Granborrar angriper vanligtvis de nedre och mellersta delarna av stammar. Träd som har attackerats är lätta att känna igen genom koncentrationer av brunt damm från barken vid stammens bas. Ibland kan dock synligt infekterade träd med gröna kronor sakna bark på grund av larv- och hackspettaktivitet. Andra vanliga sätt att upptäcka infektion är närvaron av rödbrunt damm (frass) i barkens skrevor, många runda utgångshål eller små kåda som pressas ut från barken. Stora populationer kan upptäckas på avstånd genom fläckar av röda blad.

### **Bevarande**

Åtgärder för barkborreutbrott är kontroversiella på platser som Šumava nationalpark i Böhmen. Vissa föreslår att utbrott ska få löpa sin kurs, även om det innebär att större delen av skogen går förlorad. Andra, inklusive skogsindustrin, begär intervention. Vissa experter hävdar att räddningsavverkning tenderar att ha en större negativ effekt på vegetationen än barkborreutbrottet ensamt.

Förebyggande och kontrollmetoder

Flera metoder har föreslagits för att förhindra starten av barkborreutbrott. Vissa föreslår att använda "fällträd" i början av varje reproduktionscykel. Detta bör göras i mars, maj och i slutet av juni eller början av juli. Fällträden bör barkas när tydliga larvgångar med små larver hittas. En annan metod är kalavverkning, borttagning av sektioner av träd vid de första tecknen på infestation. Feromonfällor kan fånga tusentals barkborrar. Dock debatteras deras verkliga nytta för att minska skadorna på träden: vissa studier har funnit en kraftig minskning av skador på platser med feromonfällor, medan andra inte har funnit någon effekt eller till och med en lätt ökning av risken för nya angrepp. Effekten av feromonfällor kan variera beroende på lokala förhållanden.

Att minimera stressfaktorer som kan försvaga träd, som torka och skadedjur, kan också bidra till att förhindra att barkborren angriper.

### **Sammanfattning**

Granbarkborren utgör en allvarlig fara för våra granskogar, och att hantera dess inverkan kräver en aktiv insats från skogsägare och skogsförvaltnings-samhället. Effektiva kontrollåtgärder i kombination med skogsförvaltnings-metoder kan bidra till att begränsa spridningen av granbarkborren och bevara hälsan och det ekonomiska värdet av våra skogar.



## Algoritmernas betydelse i journalistiken

Journalistiken fick sin början i Finland under medlet av 1800-talet. På den tiden fanns det två massmedia, pressen var en ena och kungörelser från predikstolen den andra. Socialt media, det var då man träffade sina bekanta i kyrkbyns andelshandel. Och så fortsatte det i hundra år. I min barndom hade vi två massmedia i Pörtom, Vasabladet och radion. Sedan kom televisionen mot slutet av 50-talet. Under alla dessa årtionden gick informationen från sändare till mottagare, från centrum till periferin.

Men sedan kom datorerna och med dem algoritmerna och allt förändrades. Under de senaste två årtiondena har algoritmer gjort entré i samtliga delar av den journalistiska arbetsprocessen (Karlsson, Michael, 2019). Är algoritmer på gott eller ont?

I den moderna digitala eran har algoritmer stigit i betydelse och speciellt under de senaste årtiondena blivit avgörande för hur vi konsumerar information. Från sociala medier till nyhetsplattformar och underhållningssajter påverkar algoritmerna våra val och styr det innehåll vi exponeras för. Frågan som uppstår är om algoritmerna håller på att ta makten inom massmedia och om de nu dikterar vad vi läser, lyssnar på och ser på tv.

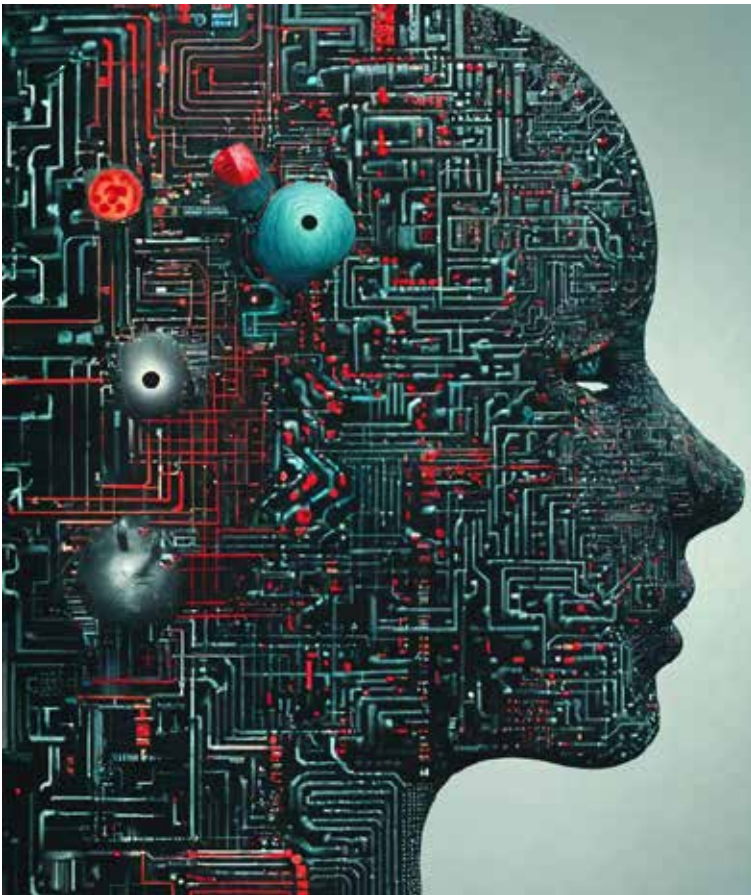
Algoritmer är matematiska formler och instruktioner som programmerats för att utföra specifika uppgifter. I massmedia används de för att skraddarsy och anpassa innehållet till varje individuell användare baserat på deras tidigare beteende och preferenser. Detta anpassade tillvägagångssätt har både fördelar och nackdelar.

Å ena sidan möjliggör algoritmerna en personlig och skraddarsydd upplevelse för användarna. Vi får rekommendationer som matchar våra intressen, vilket kan leda till en effektivare och mer njutbar användarupplevelse. Å andra sidan har detta system potential att skapa filterbubblor, där användare bara blir exponerade för information och åsikter som redan överensstämmer med deras egna. Om vi under vårt surfande på nätet aldrig söker information om till exempel klimatförändringen, så kommer vi inte att erbjudas någon sådan information på Facebook eller Instagram. Vi kommer aldrig att erbjudas någon bok som kunde väcka vårt intresse för klimatet. Detta kan skapa en snedvriden verklighetsupfattning och minska möjligheten till mångsidig information. Att algoritmerna styr vad vi ser på Facebook eller andra sociala medier är ett exempel på denna filterbubbla. Inlägg och nyheter prioriteras baserat på vad algoritmerna tror att vi kommer att

gilla, kommentera eller dela.

Global journalistik kan sammanbinda världens olika kulturer. Den kan etablera en etisk relation mellan mediekonsumenter och lidande offer på andra sidan jordklotet och detta kan skapa ett engagemang för människor i nöd (Berglez, Peter, 2019). Men en algoritm "som vet att just denna läsare inte är intresserad av lidande medmänniskor" kan effektivt sabotera den globala journalistikens ädla mål.

Det här fungerar på individnivå men det fungerar också så det gäller stora befolkningsgrupper. Om tiotusentals läsare av en nättidning inte läser nyheten på första sidan, om just klimatet, då görs denna nyhet om till en kort notis inne i tidningen. Och till första sidan flyttas nyheten om en känd politikers klavertramp som många läsare har klickat på. Vilken nyhet som är viktigare för oss alla kommer inte att ha så stor betydelse. Det är inte mera nyhetens värde som avgör om och hur den publiceras. Det som anses publiceringsvärt är det som läsarna delar och interagerar med, och vice versa (Andersson Schwarz, 2019). Interaktion är ett centralt ord i detta sammanhang, det är inte mera "sändare-mottagare"-modellen som gäller, informationen sprids i ett nätverk bildat av redaktioner, journalister och läsare som



*Ett försök av AI att visualisera algoritmer*

samverkar med hjälp av sofistikerade algoritmer. Men alla läsare har inte kan delta i denna process, läsaren måste ha "tillgång till de tekniska, kulturella och diskursiva resurser som krävs" (Andersson Schwarz, 2019, sid 411).

En annan aspekt av algoritmernas påverkan är den anonymitet som omger deras skapare. Algoritmerna som styr vårt digitala flöde är oftast resultatet av komplexa arbetsgrupper och företag, och det är inte alltid klart hur dessa algoritmer är programmerade eller vilka överväganden som görs vid deras utveckling. Detta reser frågan om en potentiell dold agenda inbyggd i algoritmerna. Algoritmer produceras alltid med specifika syften och programmeringen görs av icke-journalister varför osäkerheten om enbart journalistiska värderingar gäller i

detta arbete (Karlsson, Michael, 2019). Det kan finnas en oro för att algoritmer kan användas för att forma och påverka allmänhetens åsikter. Eftersom algoritmer bestämmer vad som prioriteras och syns, finns det en risk för att de kan utnyttjas för att främja vissa perspektiv eller agendor på bekostnad av andra.

De flesta algoritmer skapas med intentionen att förbättra användarupplevelsen och optimera företagets mål, vilket huvudsakligen är att generera inkomster. Eftersom multimediajättarna Facebook och Google är bäst på att suga upp annonsintäkter och sajtrafik vilket kan göra att kvalitetsjournalistiken urholkas (Andersson Schwarz, 2019).

Att förstå och övervaka användningen av algoritmer blir därmed avgörande för att sä-

kerställa en sund informationsmiljö. Öppenhet kring algoritmers funktion och syfte är nödvändig för att säkerställa att de inte missbrukas. Debatten om makten hos algoritmer inom massmedia är en viktig diskussion för att balansera fördelarna med personlig anpassning och undvika snedvridna filterbubblor som begränsar vår syn på världen. En kritisk granskning av algoritmernas påverkan på massmedia är avgörande för att upprätthålla en öppen och mångfaldig informationsmiljö som främjar demokratiska värderingar. Denna kritiska granskning lyser dock ännu stjärnklart med sin frånvaro. Det är hög tid att vi börjar diskutera algoritmernas roll i den moderna journalistiken!

#### **Källor:**

Andersson Schwarz, Jonas. (2019). Journalistikens roll i den nya medieekologin. I: Karlsson, Michael & Strömbäck, Jesper (red.). Handbok i journalistikforskning. Studentlitteratur, s. 407–420

Berglez, Peter. (2019). Den globala journalistiken. I: Karlsson, Michael & Strömbäck, Jesper (red.). Handbok i journalistikforskning. Studentlitteratur, s. 433–443

Karlsson, Michael. (2019). Journalistikens algoritmisering. I: Karlsson, Michael & Strömbäck, Jesper (red.). Handbok i journalistikforskning. Studentlitteratur, s. 421–431

Hans Björknäs



Att ramla ur kärran

## Också finlandismerna har ett kulturellt värde

**D**ialekter anses allmänt ha ett stort kulturellt och historiskt värde. De bär på berättelser om vår gemensamma historia, om hur språket utvecklats och förändrats över tid, och om de unika erfarenheter som format olika samhällen. Därför ägnas stor möda åt att dokumentera och bevara dem. I Finland har till exempel intresset för Vörå-dialekten fått ett uppsving i och med musikgruppen KAJ:s framgångar. Men hur är det med finlandismerna, vår gemensamma finlandssvenska dialekt? Bär de också på ett kulturellt värde, och förtjänar de att bevaras?

Finlandismer är ord, uttryck och grammatiska konstruktioner som är unika för finlandssvenskan, eller som används på ett annorlunda sätt än i rikssvenskan. De har ofta sitt ursprung i lokala dialekter eller i det finska språket, genom lån eller översättningar. Ett klassiskt exempel är uttrycket "ramla ur kärran", som tydligt visar på en finsk påverkan. Ordet "egenläkare" är ett annat exempel, som faktiskt är mer precist än det rikssvenska "husläkare".

Språkforskaren Charlotta af Hällström-Reijonen definierade finlandismerna år 2012 som

"ett ord, en fras eller en struktur som bara används i finlandssvenskan samt i finlandssvenska regionalspråk eller som används i en annan betydelse än i svenskan i Sverige." (Källa: svenskfinland.fi)

### Ett rikt språkligt arv

Finlandssvenskan är full av talande och färgstarka uttryck. Här är några exempel på finlandismer och deras rikssvenska motsvarigheter:

- Pannlapp - grytlapp
- Panta på något - vänta med, hålla inne med
- Pantfånge - gisslan
- Parad, paradsida - förstasida, nyhetsida
- Parkeringsgrotta - parkeringsgarage (underjordiskt)
- Passlig - lämplig
- Peffa - bak, stjärt, rumpa
- Primärskötare - undersköterska
- Propp, bränna prop-parna - bli förbannad
- Räckä - dröja, ta. "Det räcker i 4 timmar" - det tar fyra timmar
- Räckas - nå
- Rödmylla - falu rödfärg
- Vara på sju famnars vatten - vara i knipa, ha tagit sig vatten över huvudet
- Skrapabulle - sladd-

barn

- Skroppa - skryta

Dessa exempel är tagna från en Finlandssvensk ordlista gjord av Paulas Pörte. Ordlistan finns på nätet här: <https://paulaz.se/rubriker/finlandssvensk-ordlista/>

Dessa exempel visar på finlandssvenskans rikedom och variation. De speglar vardagslivet, kulturen och de unika erfarenheter som format finlandssvenskarna. Många finlandismer är dessutom mer direkta och uttrycksfulla än sina rikssvenska motsvarigheter.

### Gränsen mellan tal- och skriftspråk

Finlandismer betraktas ofta som talspråk, och används sällan i formell skrift. Den skrivna finlandssvenskan följer i regel vedertagen svensk grammatik och Svenska Akademiens ordlista. Undantag finns förstas i skönlitteratur och poesi, där språkliga friheter tas.

För rikssvenskar kan finlandismer, särskilt de som är lånord från finskan, ibland vara svåra att förstå utan sammanhang. Exempel på sådana lånord är "halare" (overall), "roskis" (skräpkorg), "huppare" (munkjacka), "kaveri" (kompis) och

"krapula" (bakfylla). Dessa ord är en naturlig del av finlandssvenskan, men kan kräva en förklaring för den som inte är bekant med dem.

### När är det "tillåtet" att använda finlandismer?

Frågan om när det är lämpligt att använda finlandismer är komplex. I texter som riktar sig specifikt till finlandssvenskar är de naturligtvis helt acceptabla, och kan till och med bidra till att skapa en känsla av gemenskap och igenkänning. I texter som riktar sig till en bredare svenskspråkig publik kan det vara bra att vara mer försiktig, och eventuellt förklara eller undvika allt för obskyra finlandismer.

Kåserier och andra lättsamma texter kan vara ett utmärkt forum för att använda finlandismer, eftersom de ofta bidrar till en humoristisk eller avslappnad ton. Men även i mer formella sammanhang kan finlandismer ibland användas för att ge texten en personlig eller lokal prägel.

### Att bevara ett språkligt arv

Det är synd om uttryck som "mellan verserna", "vedliden", "rojsig" och "på äldre sidan" försvinner ur vårt ordförråd. De är en del av vår språkliga identitet, och bär på en historia som är värd att bevara. Vi är inte finnar, och vi vill inte heller bli "vattusvenskar". Låt oss vara finlandssvenskar, och låt oss värna om vårt unika språk!

Finlandismerna är en viktig del av vår kulturella identitet. De speglar vår historia, vår kultur och våra unika erfarenheter. Genom att bevara och använda dem bidrar vi till att hålla vårt språkliga arv levande.

### Och här ett stycke på Pörtom-dialekt:

Så, nour je e tiillåte ti anväänd finlandisme? I tekstär som riktar se specielt tii di svenska foltnen i lande vaart? I kåseriär? Elo je alltid failt ta anväänd in finlandinism å man ska klandras? Men synd je no, om utryck som mellan versärna, vedliden, rojsi å på gamblan seidon sku fösvinn öur väran vokabulär. Finnar ji vi int, vatusvenskar vill vi int vaal, let oss va finlansvenskar



## ADHD

### Upp till 19% av pojkarna äter ADHD-medicin – handlar det om överdiagnostik?

#### Explosionsartad ökning av ADHD-diagnoser oroar experter.

**A**ntalet ADHD-diagnoser hos barn och ungdomar i Finland fortsätter att öka oroväckande, enligt de senaste uppgifterna från Institutet för hälsa och välfärd (THL). Särskilt oroande är förekomsten av ADHD-medicinering bland pojkar, som i vissa välfärdsområden har stigit till så högt som 19 procent bland pojkar i lågstadiet. Detta väcker allvarliga frågor om det handlar om en verklig ökning av neuropsykiatriska funktionsnedsättningar eller möjligen överdiagnostik.

Statistiken talar sitt tydliga språk: år 2023 hade cirka 11 procent av pojkarna i lågstadiet en ADHD-diagnos, och bland 13–17-åriga pojkar var motsvarande siffra cir-

ka 10 procent. Även bland flickor har antalet diagnoser ökat, men pojkarnas andel är fortfarande betydligt högre. Särskilt i östra Finland är ADHD-diagnoser och medicinering vanligast, medan de är mer sällsynta i Österbotten och Östra Nyland.

THL:s överläkare Terhi Aalto-Setälä medger att ADHD-symtom är välkända idag och att fler söker sig till undersökningar. Hon betonar dock att symtomen kan förklaras av många andra faktorer än ADHD, vilket kräver noggranna utredningar. ”Detta är en betydande utmaning särskilt för skol- och studenthälsovården, där utredningsbördan ökar”, konstaterar Aalto-Setälä.

Kelas specialforskare Miika Vuori är inne på samma linje. Han påpekar att de stora regionala skillnaderna i diagnoser och medicinering tyder på att det finns betydande regionala variationer även i undersöknings- och behandlingspraxis. ”Detta måste uppmärksammas mer än för närvarande”, betonar Vuori.

Experter är oroade över att ADHD-behandlingspraxis och eventuell feldiagnostik har väckt oro inte bara i Finland utan även i andra länder, som Island och Sverige. På Island är ADHD-medicinering bland barn och ungdomar ännu vanligare än i Finland.

Det är tydligt att ADHD hos barn och ungdomar också är en samhällsfråga. Överdiagnostik kan leda till att barn och ungdomar får medicin som de kanske inte

behöver, och detta kan orsaka skadliga biverkningar. Å andra sidan kan obehandlad ADHD leda till allvarliga problem, som svårigheter i skolan, sociala problem och psykiska problem.

Enligt THL:s och Kelans experter kommer den årliga förekomsten av ADHD-diagnoser bland pojkar i lågstadiet i Finland att stiga till cirka 15 procent och bland 13–17-åriga flickor till cirka 8–10 procent innan tillväxten avtar. Detta innebär att allt fler barn och ungdomar får en ADHD-diagnos och medicinering.

Det är därför viktigt att ADHD-diagnostik och behandling baseras på noggranna utvärderingar och att barnets eller ungdomens individuella behov beaktas. Dessutom behövs mer forskning om vilka faktorer som påverkar den ökade förekomsten av ADHD och hur överdiagnostik kan förebyggas.

# KLIMATFÖRÄNDRINGEN

## Februari 2025: En viskning av varning i värmen



**F**ebruari 2025 ristade in ännu ett oroande märke i klimatrekordet och befäste den obevekliga trenden med stigande globala temperaturer. Copernicus, genom sin ERA5-dataset, avslöjade att det var den tredje varmaste februari som någonsin registrerats, med en global genomsnittlig lufttemperatur vid ytan på 13,36 °C. Medan endast en skärva (0,03 °C) skilde den från den fjärde varmaste 2020, är den bredare berättelsen en av ihållande, alarmerande värme.

Siffrorna målar upp en skarp bild: Februari 2025 steg 1,59 °C över den förindustriella baslinjen (1850-1900), en kritisk tröskel som belyser den accelererande takten i den globala uppvärmningen. Noterbart är att 19 av de senaste 20 månaderna har överskridit denna 1,5 °C-gräns, en statistik som, även om den kan variera

något mellan dataset, understryker allvaret i vår nuvarande klimatutveckling.

Den boreala vintern (december 2024 till februari 2025) speglade denna trend och registrerades som den näst varmaste som någonsin registrerats, strax under föregående års topp. Dessutom noterades 12-månadersperioden från mars 2024 till februari 2025 också till 1,59 °C över förindustriella nivåer, vilket förstärker den långsiktiga uppvärmningstrenden.

»Februari 2025 fortsätter raden av rekord- eller nära rekordtemperaturer som observerats under de senaste två åren«, konstaterade Samantha Burgess, strategisk chef för klimat vid ECMWF. Denna ihållande värme är inte bara en statistik; den översätts till konkreta konsekvenser, särskilt den aldrig tidigare skådade smältningen av havsis. »Rekord- eller nära

rekordlåg havsisutbredning vid båda polerna« har drivit den globala havsisutbredningen till ett historiskt minimum, ett kyligt bevis på planetens snabba omvandling.

Europa, som upplevde fikor av intensiv värme, presenterade en nyanserad bild. Kontinentens genomsnittliga temperatur i februari låg över genomsnittet för 1991-2020, men inte bland de tio varmaste.

Norra Fennoskandia, Island och Alperna sved, medan Östeuropa upplevde kallare än genomsnittliga temperaturer. Denna regionala variation understryker det komplexa samspelet mellan klimatmönster.

Utöver landtemperaturer värms även haven upp. Den genomsnittliga havsvattentemperaturen (SST) för februari 2025 var den näst högsta som någonsin re-

gistrerats och nådde 20,88 °C. Även om den var något svalare än rekordfebruari 2024, förblev SST:erna alarmerande höga i många havsbassänger, med Mexikanska golfen och Medelhavet som bevittnade expanderande rekordområden.

Detta pressmeddelande från Copernicus är mer än bara en samling siffror. Det är en stark påminnelse om att planetens klimat är i förändring och att konsekvenserna blir alltmer synliga.

Det ihållande överskridandet av 1,5 °C-tröskeln, den aldrig tidigare skådade havsis förlusten och de rekordhöga havstemperaturerna är alla symtom på en uppvärmande värld. De fungerar som en uppmaning till handling och uppmanar oss att påskynda ansträngningarna för att mildra klimatförändringarna innan varningsviskningarna blir ett öronbedövande brus.

# VINTERKRIGET

## ÅBO UNDERRÄTTELSE

Torsdagen den 14 mars 1940

117 årgången • Nr 72 (27.822)

Torsdagen den 14 mars 1940

### EN SVART DAG FÖR FINLAND: FRED UNDER HÅRDA VILLKOR.

Rådsunionen erhåller Hangöudd och Lappvikshamnen samt de kringliggande öarna och Finska vikens öar. **HANGÖ, VIBORG, KEXHOLM OCH SORDAVALA BLI RYSKA STÄDER.**

DEN NYA RIKSGRÄNSEN GÅR FRÅN TRAKTEN MELLAN VEDERLAX KYRKA OCH PAAT. ONSAARI GENOM BL. A ENSO OCH VÄRTSILÄ TILL LAHNAJÄRVI VID GRÄNSEN

Hangö skall avträdas inom tio dagar.

Niukkanen och Hannu'a gå.

Kunna ej förena sig om regeringens ståndpunkt.

Soldater, jag har stridit på många slagfält, men icke sett edra vederlikar som krigare.

*Då detta krigs historia engång skrives för världen lära känna edra värn*

## Vinterkriget slutade för 85 år sedan

**F**ör 85 år sedan, den 13 mars 1940, tystnade vapnen efter tre månader av intensiv strid. Vinterkriget, en heroisk kamp där Finlands lilla armé stod emot den sovjetiska jättens anfall, tog slut. Hoppet om en rättvis fred levde ännu i den finländska befolkningen, men när fredsvillkoren blev kända, svepte en våg av förskräckelse över landet. Finlands flaggor vajade på halv stång, en nation i sorg.

I dag, när vi ser tillbaka på dessa händelser, ekar de kusligt i ljuset av det pågående kriget i Ukraina. En konflikt som nu överträffat Vinterkrigets längd tiofalt. Parallellerna är slående, både i den militära aggressionen och i folkets okuvliga vilja att försvara sitt land.

För att minnas denna ödesdigra dag, låt oss återvända till den 14 mars 1940, dagen efter fredsslutet, och lyssna till rösterna från den tidens finländska dagstidningar:

• "Ett tungt moln har sänkt sig över vårt land. En fred som tvingats på oss, en fred som kräver oerhörda uppoffringar. Men mitt i sorgen, en beslutssamhet att bygga upp vårt land igen."

• "Våra soldater har kämpat med ett mod som kommer att leva vidare i generationer. Deras offer får aldrig glömmas."

• "Trots det mörker som omger oss, måste vi hålla fast vid hoppet. Framtiden tillhör dem som inte ger upp."

Dessa ord, nedtecknade för 85 år sedan, talar till oss än i dag. De påminner oss om vikten av motståndskraft, hopp och en okuvlig tro på rättvisa.

Vinterkrigets minnesmärke på Kasärntorget i Helsingfors



## Fältherren tackar sin tappra armé.

„Jag har kämpat på .(många slagfält, men ännu ej sett er; like som krigsmän.”

överbefälhavaren, fältmarskalk Mannerheims dagorder den 14 mars 1940.

Soldater av Finlands ärorika armé! Fred har slutits mellan vårt land och Sovjetryssland, en hård fred,

som till Sovjet utlämnat så gott som varje slagfält, på vilka ni gjutit ert blod för allt vad ni skattat dyrt och heligt. Ni ville ej kriget, ni älskade freden, arbetet och framåtskridandet, men kampen blev er påtvingad och i den har ni utträttat storverk, som för sekler framåt skola stråla på hävdens blad.

Mer än 15,000 av er, som drogo ut komma ej att återse hemmet, och huru många äro ej de, som för alltid förlorat sin arbetsförmåga. Men ni ha även utdelat hårda slag och om ett par hundra tusental av edra fiender nu ligga under den frusna drivan eller med brusten blick stirra mot vår stjärnhimmel, så är felet därtill icke ert. Ni hatade dem ej, ni ville dem intet ont, ni följde endast krigets hårda lag att döda eller dö. Soldater!

Jag har kämpat på många slagfält, men jag har ännu ej sett er like som krigsmän. Jag är stolt över er som om ni vore mina egna barn. Lika stolt över männen från tundrorna i norr som över sönerna från Österbottens vida slätter, Karelens skogar, Savolax leende bygder, Tavastlands och Satakundas rika gårdar, Nylands och Egentliga Finlands björkomsusade hagar. Jag är lika stolt över fabriksarbetaren och den fattiga stugans son som över den rike mannens insats av liv och lem. Jag tackar er alla officerare, underbefäl och manskap och jag vill särskilt framhålla reservofficerarnas mod, deras pliktuppfyllelse och den skicklighet, på vilken de skött ett yrke, som egentligen ej var deras. Också har deras offer procentuellt utgjort krigets största, men det har givit med glädje och aldrig svikande plikt-känsla. Jag tackar officerarna och staberna för skicklighet och



*Eget artilleri i ställningar i Monrepoo-terrängen i Viborg. Viborg 1940.03.10 SA-KUVA*



*Kuhmo, serviceväg till Saunajärvi. Transport av sårade. Kuhmo 1940.03.13 SA-KUVA*

outtröttligt arbete och sist tackar jag mina närmaste medarbetare generalstabschefen och generalkvartermästaren, armébefälhavare samt kår- och divisionschefer, som i många fall gjort det omöjliga möjligt. Jag tackar Finlands armé med alla dess vapenslag, som i ädel tävlan utfört så vackra bragder från krigets första dag, för den djärvhet med vilken den gått till anfall mot en mångfalt överlägsen med delvis okända vapen väpnad fiende och för den seghet, med vilken den hakat sig fast vid varje bit av fosterjorden. Förstörandet av mer än 1,500 ryska tanks och över 700 flygmaskiner tala om hjältedåd, som ofta utförts av ensamma män.

Med glädje och stolthet tänker jag på Finlands lottor och deras insats i kriget, deras offervilja och oförtrutna arbete på olika områden, vilket frigjort tusentals män till stridslinjerna. De ha med sin upphöjda anda sporrat och stött armén, vars tacksamhet och uppskattning de till fullo förvärvat.

En hederspost ha de tusental arbetare beklätt, vilka under krigets bittra tid troget och ofta som frivilliga under flyganfall stått vid sina maskiner förfärdigande materiel för arméns behov, samt de vilka oförtrutet under fiendens eld arbetat vid befästningsarbeten. Jag tackar eder alla på fosterlandets vägnar. Trots allt mod och all offervillighet har regeringen nödgats göra fred på hårda villkor, vilket dock har sin förklaring. Vår armé var liten, reserver och kadror otillräckliga. Vi voro ej rustade för ett krig med en stormakt. Medan våra tappra soldater försvarade våra gränser, gällde det att med övermänskliga ansträngningar anskaffa det som brast, att bygga upp de försvarslinjer, som ej funnos, att söka den hjälp, som ej kom. Det gällde att skaffa vapen och utrustning och det i en tid, då vart land med febril iver rustade sig mot den storm, som nu sveper över världen. Edra bragder ha väckt beundran utöver världen, men efter tre och en halv månaders krig stå vi fortfarande så gott som ensamma. Vi ha ej lyckats få annan utländsk hjälp än två med artilleri och



*Förstärkningstrupper vid Saunajärvi i Kuhmo. Kuhmo 1940.03.13 SA-KUVA*



*En förstörd byggnad i Neitsytmiemi i Viborg. Viborg 1940.03.13 SA-KUVA*



flyg förstärkta bataljoner till vår front, medan våra egna i kamp dag och natt utan möjlighet till avlösning fått taga emot ständigt nya fiendeformationers angrepp till långt över den fysiska och psykiska bristningsgränsen. När en gång detta krigs historia skrives, skall världen se vilka bragder ni utfört.

Utän den generösa hjälpen i vapen och utrustning Sverige och västmakterna givit oss hade ett så långt motstånd som vårt varit omöjligt gentemot de oräkneliga kanoner, tanks och flygmaskiner som satts in emot oss. Tyvärr har det storartade löfte om hjälp, som västmakterna givit oss, ej kunnat fullföljas genom att våra grannar av omsorg om eget hus förvägrat deras trupper rätt till genomfart. Efter sexton veckors blodiga strider utan vila dag eller natt står i denna stund vår armé obesegrad mot en fiende, som de enorma förlusterna till trots endast vuxit i antal.

Vår hemmafront, där otaliga flygangrepp spritt död och fasa bland kvinnor och barn, har ej heller sviktat. Våra brända städer och i ruiner lagda byar långt bakom fronten, ja ända till våra gränser i väster äro ett talande bevis på vad detta folk fått utstå under de månader som gått. Vårt öde är hårt, då vi nödgas utlämna åt en främmande ras med annan livsåskådning och andra moraliska värden land, där vi under sekler i svett och möda brutit bygd. Men vi skola taga hårda tag för att inom det som återstår skänka ett hem åt dem, som blivit hemlösa och bättre existensvillkor för alla, och vi skola som förut vara färdiga att försvara det mindre fäderneslandet med samma beslutsamhet och kraft, med vilken vi försvarat vårt odelade fosterland.

Vi ha det stolta medvetandet att ha en historisk mission, som vi fortfarande fylla, att skydda den västerländska civilisationen, som sedan sekler varit vår arvedel. Men vi veta också att vi till sista penningen ha betalat den skuld, i vilken vi stått till Västerlandet.

Mannerheim.



General Öhquist,



Fältmarskalk Mannerheim,



General Österman,

## Överbefälhavaren fältmarskalk Mannerheims dagorder den 14 mars 1940.

Soldater av Finlands ärorika armé!

Fred har slutits mellan vårt land och Sovjetryssland. En hård fred, som till Sovjet utlämnar så gott som varje slagfält, på vilket ni ljutit blod för allt vad vi skatta dyrt och heligt. Vi ville ej kriget, vi önskade freden, arbetet och framåtskridandet. Men kampen blev er påtvingad, och i den ha ni utträttat storverk, som för sekler framåt skola stråla på hävdens blad.

Mer än 15,000 av er, som drogo ut, komma ej att återse hemmet, och huru många äro ej de, som för alltid förlorat sin arbetsförmåga. Men ni ha även utdelat hårda slag, och om ett par hundratusental av edra fiender nu ligga under den frusna drivan eller med brunsten blick stirra mot vår stjärnhimmel, så är felet därtill icke ert. Ni hatade dem ej, ni ville dem intet ont. Ni följde endast krigets hårda lag att döda eller dö.

Soldater!

Jag har kämpat på många slagfält, men jag har ännu ej sett er like som krigsmän. Jag är stolt över er, som om ni voro mina egna barn, lika stolt över mannen från tundraerna i norr som över sönerna från Österbotlens vida slätter, Karelsns skoger, Savolax leande bygder, Tavastlands och Satakundas rika gårdar, Nylands och Egentliga Finlands björkomsusade hagar. Jag är lika stolt över fabriksarbetaren och den fatiga stugans son som över den rike mannens insats av liv och lem.

Jag tackar eder alla officerare, underbefäl och manskap men jag vill särskilt framhålla reserofficerarnas mod, deras pliktuppfyllelse och den skicklighet, med vilken de skött sitt yrke, som egentligen ej var deras. Också ha deras ofier procentuellt utgjort krigets största, men de ha givits med glädje och aldrig svikande plikt känsla.

Jag tackar officerarna i staberna för skicklighet och outtröttligt arbete, och sist tackar jag mina närmaste medarbetare generalstabschefen och generalkvartermästaren, armébefälhavare samt

kär- och divisionschefer, som i många fall gjort det omöjliga möjligt.

Jag tackar Finlands armé med alla dess vapenlag, som med ädel tävlan utfört så vackra bragder från krigets första dag för den djärvhet, med vilken de gått till anfall mot en mångfalt överlägsen men delvis med okända vapen väpnad fiende och för den seghet, med vilken de hakat sig fast vid varje bit av fosterjorden.

Förstörandet av mer än 1,500 ryska tanks och över 700 flygmaskiner tala om hjältedåd som ofta utförts av ensamma män.

Med glädje och stolthet tänker jag på Finlands lotter och deras insats i kriget. Deras ofiervilja och oförtrutna arbete på olika områden, vilket frigjort tusentals män till stridelinjerna. De ha i sin upphöjda anda sporrat och stött armén, vars tacksamhet och uppskattning de till fullo förvärvat.

En bederspost ha de tusentals arbetare beklätt, vilka under kriget bittra tid troget och ofta som frivilliga under flyganfall stått vid sina maskiner, förfärdigande material för arméns behov, samt de vilka oförtrutet under fiendens eld arbetat i befäsningsarbeten.

Jag tackar eder alla å fosterlandets vägnar.

Trots allt mod och all ofiervilighet har regeringen nödgats göra fred på hårda villkor, vilket dock har sin förklaring.

Vår armé var liten, reserver och kndrar otillräckliga. Vi voro ej rustade för ett krig med en stormakt. Medan våra tappra soldater försvarade våra gränser, gällde det att med övermänniska ansträngningar anskaffa det som brast, att bygga upp de försvarslinjer som ej funnos, att söka den hjälp som ej kom. Det gällde att skaffa vapen och utrustning, och det i en tid, då vart land med febril iver rustade sig mot den storm, som nu sveper över världen.

Edra bragder ha väckt beundran ute i världen, men efter tre och en halv månads strid stå vi fortfarande så gott som ensamma. Vi ha ej lyckats få annan utländsk hjälp än två med artilleri och flyg förstärkta bataljoner till

vår front, medan våra egna i kamp dag och natt utan möjlighet till avlösning fått taga emot ständigt nya fiendeformationers angrepp till långt över den fysiska och psykiska bristningsgränsen.

När en gång detta krigs historia skrives, skall världen se vilka bragder ni utfört.

Utän den generösa hjälpen i vapen och utrustning Sverige och västmakterna givit oss, har ett så långt motstånd som vårt varit omöjligt gentemot de oräkneliga kanoner, tanks och flygmaskiner, som satts in emot oss. Tyvärr ha de storartade löften om hjälp från västmakterna, som givits oss, ej kunnat fullföljas genom att våra grannar i omsorg om eget hus förvägrat deras trupper rätt till genomfart.

Efter sexton veckors blodiga strider utan vila dag eller natt står i denna stund vår armé obesegrad mot en fiende, som de enorma förlusterna till trots endast vuxit i antal.

Vår hemmafront, där otaliga flygangrepp spritt död och fasa bland kvinnor och barn, har ej heller sviktat. Våra brända städer och i ruiner lagda byar långt bakom fronten, ja ända till våra gränser i väster, äro ett talande bevis på vad detta folk fått utstå under de månader som gått.

Vårt öde är svårt, då vi nödgas utlämna åt en främmande ras med annan livsåskådning och andra moraliska värden land, där vi under sekler i svett och möda brutit bygd. Men vi skola taga hårda tag för att inom det som återstår skänka ett hem åt dem, som blivit hemlösa, och bättre existensvillkor för alla. Och vi skola som förr vara färdiga att försvara det mindre fäderneslandet med samma beslutsamhet och kraft, med vilken vi försvarat vårt odelade fosterland.

Vi ha det stolta medvetandet att ha en historisk mission, som vi fortfarande fylla: att skydda den västerländska civilisationen, som sedan sekler varit vår arvedel. Men vi veta också, att vi till sista penningen ha betalat den skuld, i vilken vi stått till västerlandet.

MANNERHEIM.

### Fred, ofattbar fred

Käkisalmen Sanomat 14.3.1940  
Bitterheten i tidningen känner inga gränser, men den är fullt förståelig

Fred, ofattbar fred ... Fred. En frid inför vilken vi står stumma som inför döden. Något obegripligt har hänt, något som går bortom det vanliga, ärliga finska förnuftet. Det är som om en jordbävning passerade genom skapelsen, jorden skakade och föll sönder. .. Våra hjärnor bultar: Det här är inte sant, det här får inte vara sant...

Men det är sant. Klockan 3.25 på morgonen tillkännager Moskva sin seger på engelska, och äntligen, klockan 4 på morgonen, läser samma satsiska röst som vi har hört varje dag under de senaste tre och en halv månaderna, som förkunnar lögnen och förtal, groteska och blodiga hot mot oss, texten till fredsfrdraget. ..

Men vad vi förstår är att en bitter förbannelse stiger upp från miljoner finländares själar och hjärtan, miljoner finländare svär en ed med sammanbitna tänder och en hand i en knytnäve...

Ordet fred har förlorat allt det vackra och underbara eko som det en gång hade. Från och med nu innebär det att försegla orättvisor och brutalitet, något avskryvbart som inte kan röras med dina händer eller tänkas med din hjärna. ..

Bakom fönstret, genom springorna i mörkläggningsgardinerna, börjar gryningen höras den 13 mars 1840. Dagen för slutet på det andra kriget i det självständiga Finland... Klockan 11 slutar kanonerna att mullra och trupperna börjar dra sig tillbaka... Exakt klockan 11 på förmiddagen stannar också väggklockan på redaktionen, som har förts hit till Parikkala från Kexholm.

**KÄKISALMEN SANOMAT** 34

---

No 23      **Torstaina maaliskuun 14 pñ 1940**      No 2

---

# Rauha on tehty raskain ehdoin.

## M. m. Kannas, Viipuri, Käkisalmi, Sortavala, Karjalaa Uudenkaupungin rauhan rajaan saakka, Kalastajasaarento ja Hanko luovutettu.

**Taistelut päättyivät eilen kello 11. Joukkomme vetäytyvät uudelle rajalle.**

Tiistaina maaliskuun 12 pñ allekirjoitettiin Moskvan Suomen ja Neuvostoliiton kesken rauhansopimus, jossa Suomi luovuttaa Neuvostoliitolle mm. Viipurin, Käkisalmen ja Sortavalan kaupungit, Karjalaa Kannaksen kokonaisuuden, osan Laatokan-Karjalasta, erittäin aluetta Kuusamoista, Suomenlahden saaria ja Petsamosta Kalastajasaarensa saaret sekä vuokraa Neuvostoliitolle 30 vuodeksi Hangon kaupungin ja niemen sekä sen läheisiä saaria laivastotukikohdaksi. Uusi rajalinja kaakossa on suunnilleen sama kuin Uudenkaupungin rauhassa aikoinaan sovittu raja.

Alempaan julkaisemme rauhansopimuksen tekstin sellaisena kuin se luettiin Moskvan radiossa eilisen vastapäivän yöllä kello 4. Tämä venäläisten suorittama käännös on kumpikin ja ehkä epäselvä, mutta kun meillä ei ole ollut mahdollisuutta saada sopimuksen tarkkaa suomalaista tekstiä, pidämme parempana julkaiseta alla olevan, koska se kuitenkin lähikohdissaan on pitkin paikassa. Miitä erikseen Petsamon aluetta koskevin sopimuksen kohtien tulee huomauttaa, että ne ovat samat kuin vii 1920 Tarton rauhansopimuksessa.

**S**otaliittien Neuvostotouvaltojen Liiton ja Suomen Taavallan välillä solmittu rauhansopimus:

Sotaliittien Neuvostotouvaltojen Liiton korkeimman neuvoston puolesta tehty päätös ja Suomen

Taavallan presidentin toimitus puolesta, jotka vahvat lopettaa taistelun ja viittaa sotatoimet ja tooda loppu, ruuhkainen kunnat ja niemet, ollen vapautetaan, että kunnat on tuottavien ja osien kaikissa Laivastotukin ja Muurteen kaupungit sekä Muurteen rautatie rautatie-

**(Jatko 4. sivulla).**

**Sotamarsalkka Mannerheimin päiväkäsky Suomen armeijalle 14.3.1940.**

Sotamarsalkka Mannerheim on antanut maaliskuun 14 päivän v. 1940 seuraavan päiväkäskyn:

Suomen kunniaakaan armeijan sotilait.

Rauha on solmittu maamme ja Neuvosto-Venäjän välillä, ankara rauha, joka on Neuvosto-Venäjälle luovutettiin melkein jokaisen taistelukohtain, miittä te olette vuodattaneet vertaanne kaiken sen puolesta, mitä me pidämme kalliina ja pyhäksi.

Te ette ole tahtoneet soittaa, te rakastitte rauhaa, työtä ja koluttyitte, mutta teidät pakotettiin taisteluun, jossa olette tehneet suurtauroja, tekoja, jotka olivat vuosienajoista loistamaan historian lehdeillä. Yli 150000 teistä, jotka lähditte kotalle, ei enää ole kotonaan, ja kaikkain monet ovatkaan ainakain menettäneet työkykynsä.

Mutta te olette syyt kaksent kovia lukuja ja kun syy perustatuksilla vihollistensa leppä kangassa ja tuottuuta siirtynele katein tähtäivallenne, ei syy ole teidän. Te ette heittä vihanneet, te ette tahtoneet heille puhua, vaan moosattitte sodan ankara laki: tappaa tai kuolla itse.

Sotilaat!

Olette taistellut muilla tunteilla, mutta on vielä aihetta viertainnele sotureita. Olen ylipä teistä kuin olette omia lapsiani, yhä ylipä taistureitten mielitä

Pöyhijänsä kuin Pohjanmaan lahokuitien, Karjalaa maisten, Savon kumpujen, Hämeen ja Satakunnan viljavien väinöitten, Uudenmaan ja Varsinais-Suomen lauseltun lehtojen pojat. Olen yhä ylipä uhrista, jotka tarjona löyhän majan poika siinä kuin rikasikin.

Kiittä teitä kaikilla, upseereilla, aliupseereilla ja mielitä, mutta tahdon erikoisesti painottaa reserviupseerien uhrautavaa uljusta, heidän velvollisuudentuntoaan ja eleyvyyttä, miittä he ovat käyttäneet tahtivien, joka ei aikanaan ollut heidän. Niimpä heidän uhriensa okein prosentoinnalla kukaan sodan kukaan, mutta se on anostu ilolla ja borjuimattomalla velvollisuudentunolla.

Kiittä upseereita etukäteen heidän taivavasta ja usomattomasta työstään ja lopuksi kiittä lähimpää apulaisiani yleisesikuntaa päällikköä ja päämajajohdantamista, armeijan päällikköä, armeijakuntien päällikköä ja diviisioonien komentajia, jotka usein ovat tehneet mahdollittomasta mahdollisen.

Kiittä Suomen armeijaa kaikkien usajainneen, jotka

**(Jatko 4. sivulla).**

## **Utländska tidningars syn på fredsfördraget. Ater har ett litet fredsälskande folk misslyckats i brist på understöd från sina starka demokratiska grannars sida.**

Detta sammandrag över internationella reaktioner publicerades i Jakobstads tidning den 14.3.1940.

### **Finland har gett bevis på en tapperhet, som är sällsynt i krigshistorien.**

London, 13. Det fullständiga innehållet av fredsvillkoren blev bekant i London så sent att dagens morgontidningar måste stöda sig enbart på de första uppgifterna, som redan de utvisade att villkoren voro ytterst stränga.

Times skriver: Efter en veckas sega underhandlingar tyckas de finska delegaterna ha avstått från hoppet att få Ryssland ens i någon mån att minska sina krav. Finland är självt närmast att bedöma, i vilken mån villkoren äro förefintliga med landets frihet och säkerhet. Det vore för tidigt att redan nu göra slutsatser, som gå längre. Viktigt är att beslutet gjorts i fullt medvetande om de allierades avsikter. Ända från början ha finnarna på ett storartat sätt uppfyllt alla betingelser för erhållandet av hjälp, d. v. s. för engelsk-fransk hjälp, ganom att ådagalägga vilja och kraft att försvara sig själv. Ett annat villkor var de skandinaviska staternas medverkan, men denna medverkan har inte erhållits. I Storbritannien verka uppgifterna om freden så, att de stärka landet i sitt beslut att befria Europa från nazismen, ursprunget till alla de faror, vilka nu hota civilisationen.

Times militära redaktör påpekar, att ryssarna icke på något sätt kunna ådagalägga att de med vapen skulle ha uppnått något avgörande. Undertecknandet av fredsfördraget berodde icke på någon katastrof, som skulle ha drabbat den finska armén. Tvärtom gjorde det lyckade motståndet det möjligt för de



finska delegaterna i Moskva att överväga för- och nackdelarna av fortsättandet av kriget. Försvaret har icke avmattats och ryssarnas framträngande har icke blivit snabbare. Från militär synpunkt har den röda armén icke på långt när erhållit något avgörande grepp. Under dessa förhållanden behöver den finska regeringen inte så mycket fästa sig vid det nuvarande militära läget, som icke i något fall är hopplöst, utan vid framtidsutsikterna. Efter att ha gett ett bevis på sin militära duglighet och sin tapperhet, vilka äro sällsynta i krigshistorien, har Finland full rätt att själv göra sitt avgörande, vilket ingen har rätt att kritisera. Daily Telegraph skriver: Storbritannien har bevisat sin vänskap för Finland genom att erbjuda sig att åtaga sig en ytterst sträng börda genom att sända trupper till Finland mitt under sitt krig med Tyskland.

News Cronicle anser att finnarna åtminstone ha en bitter tillfredsställelse i vetskapen, att de ha tvungit Sovjetunionen att betala ett förskräckande pris för sitt lättsinniga anfall. Man må aldrig glömma, fortsätter tidningen, att fredsunderhandlingarna uppkommo på initiativ av anfallaren och att det berodde på att anfallaren var rädd för följderna av ett fortsatt krig. Daily

Express konstaterar, att enligt folkförbundspakten skulle de brittiska och franska trupperna icke haft rätt att marschera genom svenskt territorium utan svenska regeringens tillåtelse.

Ett litet folk har i eldskrift förevigat historien om odödligt hjältemod.

Evening Standard skriver att de finska underhandlarna blivit tvungna acceptera en hård fred. Ett litet folk har i eldskrift förevigat historien om odödligt hjältemod.

### **En nation korsfäst trots sitt hjältemod och sin tapperhet.**

Paris, 13. Petit Parisien skriver: Genast efter midnatt meddelade den ryska radion att fred slutits. Offret har givits. Ända till det sista ha Frankrike och England understött Finland såväl materiellt som moraliskt. När landet slutligen ingick överenskommelse med sin granne, så berövar detta icke äran av en nation, som trots sitt hjältemod och sin tapperhet blivit korsfäst.

### **I brist på understöd från grannarnas sida har ett frihetsälskande folk misslyckats.**

New York, 13. New York Herald Tribune skriver bl. a. följande:

de: Åter igen har ett litet frihetsälskande folk misslyckats i brist på understöd från sina omgivande starka demokratiska grannars sida. Men Amerika har icke rätt att kasta sten på de andra demokratierna. Den långsamhet, som kongressen ådagalagt och de vida kretsarnas tvekan i att taga ens de minsta risker, ha knappast varit faktorer, som varit till hjälp åt den stridande fronten.

Ett obarmhärtigt strålkastarljus över Sverige.

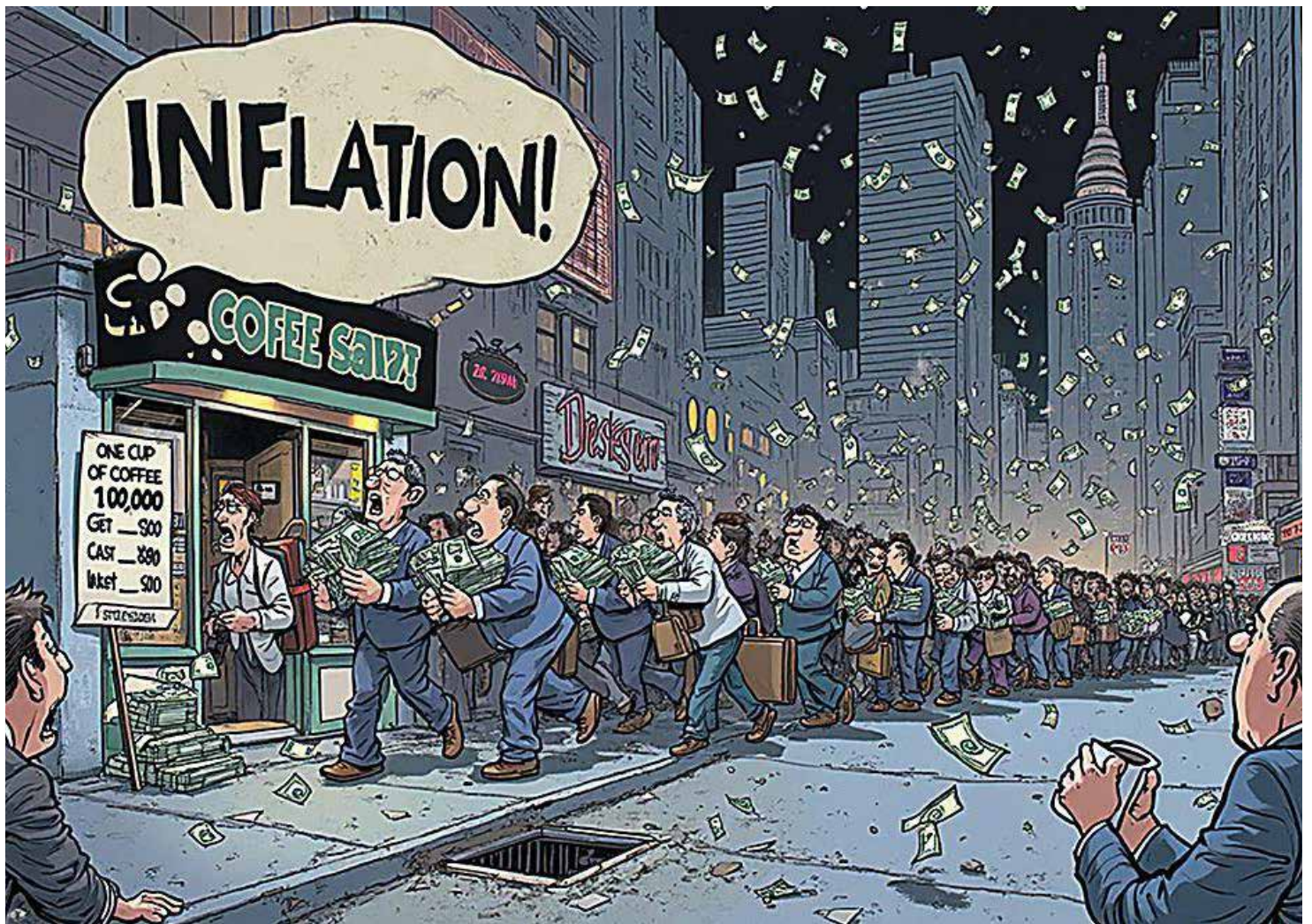
Köpenhamn, 13: Med till säkerhet gränsande sannolikhet kan man antaga att Sovjetunionen tog initiativet till de finsk-ryska underhandlingarna och att dessa åstadkommos genom Sveriges förmedling. Ett obarmhärtigt strålkastarljus kommer att kastas över Sveriges och tydligen också över Norges regeringars motiv och denna undersökning kommer icke att avslutas innan varje skrymsle av deras möjliga inverkan på Finlands, Nordens och Europas öde blivit uppdagad.

### **I Sverige yrar man nu om ett försvarsförbund.**

Stockholm, 13. Svenska Dagbladet skriver under rubriken „Ett försvarsförbund med Finland” bl. a. följande: Finland har undgått förintelsen, men vad skall man säga om priset, om de stränga villkoren efter så många segrar och så mycket utljutet dyrbart blod? Man bör icke säga att freden fått förgäves. Allt är förgängligt och icke minst fördrag och fred.

Även med kort sikt sett bör tanken om att liksom Hitlers anfall mot Polen gav upphov till Stalins anfall mot Finland, så kommer det slutliga resultatet av Finlands krig oavsett den nu ingångna freden att bero på resultatet av stormaktskriget.

Vad Sverige beträffar måste den nationella och moraliska energin, som väckts till liv i svenska folket, samlas och koncentreras till politisk handling. Vi måste garantera den tunga fred som Finland ingått genom försvarsförbund med Finland. Detta försvarsförbund borde även inbegripa Norge.



## Inflationens piruetter: En skottkärra med pengar till butiken och kaffets galna pris

En lördag morgon, med solen som skiner mildt genom gardinerna, bestämmer jag mig för att köpa en kopp kaffe på det lokala kaféet. Jag är ingen kaffekonnässör, men något med aromen av nymalet kaffe är svårt att motstå. Med handen i fickan känner jag efter plånboken, men istället för att bara gripa efter ett par sedlar, hittar jag en tummad karta över bostadsområdet. På kartan har jag ritat en rutt som tar mig från hemmet, förbi banken för att hämta upp en skottkärra full med pengar, och vidare till kaféet.

Det är lätt att förundras över hur världen förändras, men just den-

na morgon har inflationen gjort sitt grepp om mig. Jag blickar ut genom fönstret och ser grannarna som kämpar med att köra sina egna skottkärror till närbutiken. Det är en syn som kunde höra hemma i en absurdistisk teaterpjäs, men det är verkligheten.

### En kopp kaffe för priset av en månadslön?

Vi har alla hört historier om hur mycket en kopp kaffe kostar på vissa exklusiva ställen. Men det är inte exotiska kaffeböner från Anderna eller guldflingor på toppen som driver upp priset. Nej, det är helt enkelt pengar som förlorar sin värde snabbare än en glass smälter i solen. Jag minns ett

samtal jag hade med en vän som besökte Zimbabwe under deras inflationstoppar. Han berättade om hur han betalade flera miljarder Zimbabwiska dollar för en enda kopp kaffe. Det är som att fråga någon att handla med Monopol-pengar – fastän dessa sedlar faktiskt var riktiga pengar, och kaffesugen var högst verklig.

### Ungern på 40-talet: Ett inflationens rekord

Men inget slår ändå inflationen i Ungern under 1940-talet. Då levde man i en tid där siffror på sedlarna började se ut som telefonnummer snarare än pengar. 1946, mitt i kaoset

efter andra världskriget, steg priserna så snabbt att det nästan blev omöjligt att hålla koll på dem. Prisen på alla varor fördubblades var 14 timme. Om du köpte en kopp kaffe på morgonen och väntade med att dricka den tills på eftermiddagen, kunde priset ha fördubblats. Och nej, jag överdriver inte. I själva verket lanserade de till slut en sedel, 100 kvadriljoner pengö, som en desperat åtgärd för att hantera situationen.

Försök gärna uppskatta hur hög inflationen var i Ungern vid den här tiden. 100%? 1000%? Ännu högre? Ok, låt

mig berätta! I juli 1946 var inflationen 41.900.000.000.000.000%.

Tänk dig att gå in i en butik och lämna över en sedel med så många nollor att du knappt kan räkna dem, för att köpa en limpa bröd. Det är nästan komiskt, men för dem som levde i det, var det en mardröm. Värdet av pengar blev så devalverat att människor behövde sätta sin tro på något annat. I Ungern slutade man till slut använda pengö och övergick till forinten, och med det stabiliserades ekonomin.

### Vad driver egentligen inflationen?

Men vad är det som driver inflationen? Varför går vi från att köpa kaffe för ett par mynt till att behöva skottkärnor för att handla basvaror? Det finns flera faktorer, men den vanligaste boven är kanske en överdriven mängd pengar i cirkulation. När centralbanker trycker mer pengar än vad som behövs i ekonomin, tappar dessa pengar sitt värde. Föreställ dig att du är på en marknad där alla har tusen äpplen att sälja, men det finns bara en köpare. Vad händer med priset på äpplen? De faller, eftersom de är för många. Det samma händer med pengar – när det finns för mycket av det, sjunker dess värde.

En annan orsak är kostnadsdriven inflation, där det blir dyrare att producera varor och tjänster. När råvarupriser, löner, och andra produktionskostnader stiger, överförs dessa kostnader till konsumenten, vilket driver upp priserna. Och som vi alla vet, när priserna går upp, och lönerna inte följer med i samma takt, börjar vi alla känna av det i plånboken.

### Skottkärrelogistik och vardagsliv

Nu är jag tillbaka vid min dörr, redo att gå ut för den där

koppen kaffe. Skottkärnan står redo, fylld med pengar som är så gott som värdelösa om jag väntar för länge. Jag tänker tillbaka på historierna om Tyskland på 1920-talet, där barnen lekte med buntar av pengar som om det var lego. Eller hur familjer tände eld i sina spisar med sedlar eftersom ved var dyrare än pengar.

Men vad är egentligen värde? Det är kanske inte kaffet eller pengarna, utan förmågan att kunna lita på att ens pengar fortfarande har samma värde imorgon som de har idag. Och där, mina kära läsare, ligger kanske den största utmaningen för alla ekonomier – att upprätthålla förtroendet för valutan. För när den förloras, står vi alla där med våra skottkärnor, redo att handla – men med plånböcker som känns tommare än någonsin.

Så, med detta i åtanke, ska jag traska ner till kaféet. Och medan jag njuter av min kopp kaffe, ska jag reflektera över värdet av pengar, både historiskt och i mitt eget liv. För oavsett hur mycket inflationen stiger, finns det en sak som alltid behåller sitt värde – en bra berättelse att dela med vänner, kanske över en kopp kaffe, eller två, om jag har råd.



*Bilden ovan visar sedlar med det sammanlagda värdet 150.010.850.000 dollar. Skulle man ha de här och om det vorde amerikanska dollar, well, I would be a rich man!  
Men tyvärr är dessa dollar från Zimbabwe*



*Den sedel som har det största nominella värdet någonsin, en ungersk sedel från 1946, med det nominella värdet 10 + 19 nollor pengö. Bild från Wikipedia Commons, public domain.*

# KYRKOTORP



## Kyrkotorp i Pörtom: En tidlös inblick i Finlands förflutna

Inbäddat i en lugn skogsglänta i Velkmoss omkring 10 km från Pörtom kyrkoby ligger ett unikt vittnesbörd om en svunnen tid – Kyrkotorp i Pörtom.

Som en av Finlands tre kvarvarande kyrkotorp ger denna historiska plats en fascinerande inblick i livet på landsbygden för över hundra år sedan. Kyrkotorp grundades i Finland under 1700-talet som ett sätt att ge inkomster till kyrkan. De var vanligtvis belägna i avlägsna områden, där kyrkan ägde stora skogsområden. Torpet sköttes av en arrendefamilj, som ansvarade för

att sköta skogen och betala en del av vinsten till kyrkan. I gengäld fick familjen rätt att bruka marken för sitt eget uppehälle.

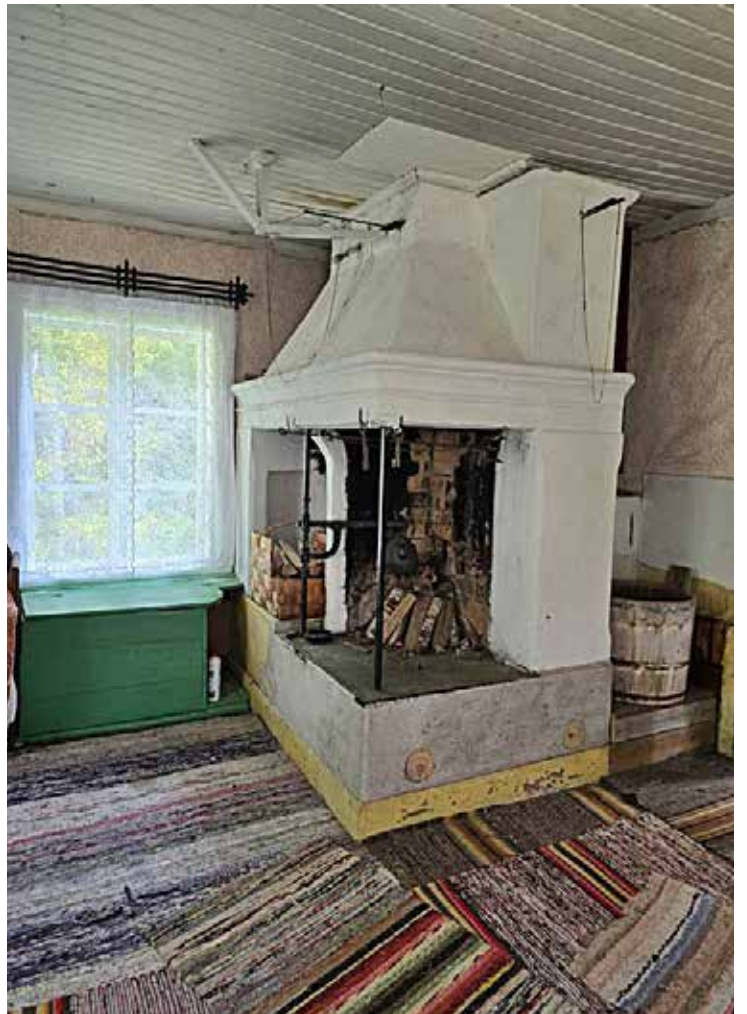
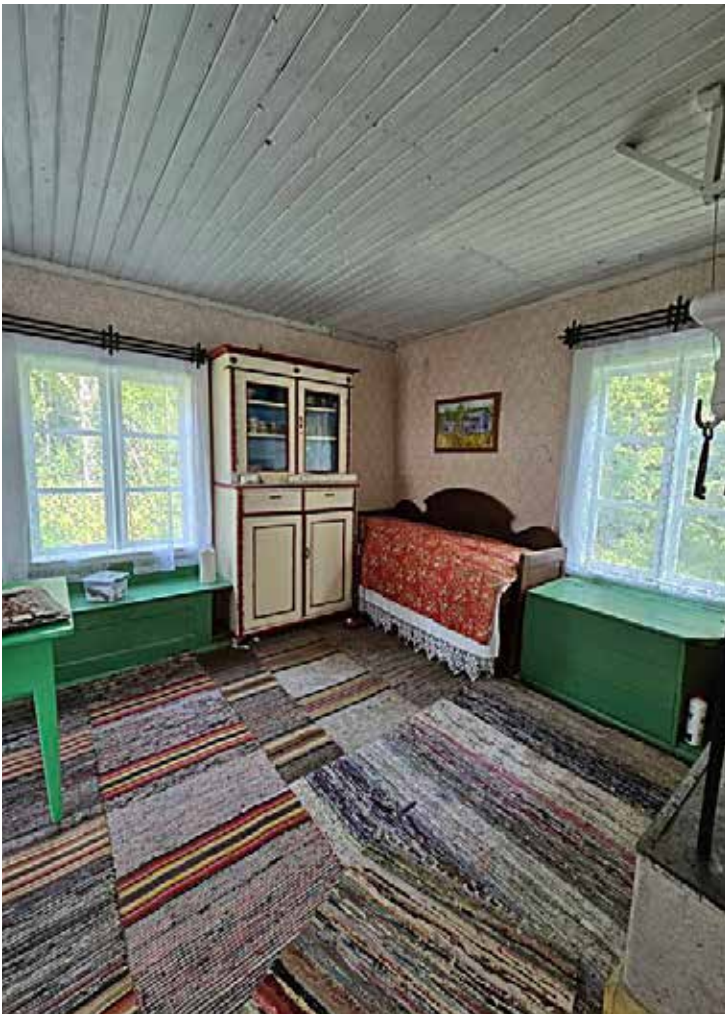
Pörtom kyrkotorp har anor från 1752, då den lokala församlingen fick 100 hektar skogsmark. Torparnas liv var utmanande, de skulle röja mark, hugga ved och sköta om sin boskap. Trots svårigheterna lyckades de försörja sig och bilda familj med många barn. Idag står Pörtom kyrkotorp kvar som ett vackert bevarat exempel på en traditionell finsk gård. Huvudbyggnaden, från början av 1900-talet, har varsamt restaurerats till sitt ursprungliga skick. Inuti kan besökarna utforska de autentiska möblerna och appa-

raterna som en gång tillhörde hyresgästfamiljerna.

I torpet finns också ett antal ekonomibyggnader, bland annat en ladugård, ett stall och ett sädesmagasin. En av de mest slående egenskaperna hos Pörtom kyrkotorp är dess fridfulla och idylliska miljö. Platsen är omgiven av frodiga skogar och lugna ängar och erbjuder en känsla av lugn och flykt. Besökare kan njuta av lugna promenader genom skogen, utforska de historiska byggnaderna och lära sig om den fascinerande historien om denna unika plats.

Pörtom kyrkotorp har under de senaste åren blivit ett populärt utflyktsmål för besökare både från Finland och utlandet.

Platsen är öppen för allmänheten under hela året och det finns guidade turer. Förutom de historiska rundturerna är torpet också värd för en flera evenemang varje sommar. Ett besök på Pörtom kyrkotorp är en resa tillbaka i tiden till en enklare tid. Här kan besökare uppleva sevärdheterna, ljuden och dofterna av livet på landsbygden i Finland som det en gång var. Det är en plats där det förflutna blir levande och där besökare kan få kontakt med den rika historien och arvet i detta vackra land.





## Folkhälsomyndigheten i Sverige: Rekommendationer för balanserad skärmanvändning bland barn

I takt med att digitala medier blir en allt mer integrerad del av barn och ungas liv, har Folkhälsomyndigheten utfärdat nya rekommendationer för att främja en balanserad användning av skärmar.

Enligt de senaste riktlinjerna, som tagits fram på uppdrag av regeringen, bör barn under 2 år undvika digitala medier helt, medan äldre barn rekommenderas att begränsa sin skärmtid för att prioritera viktiga aspekter av livet såsom fysisk aktivitet, sömn och sociala relationer.

### Rekommendationerna

Folkhälsomyndighetens rekommendationer föreskriver en maxskärmtid på 1 till 3 timmar per dag, beroende på barnets ålder. Specifika

riktlinjer omfattar:

**Barn 2–5 år: Max 1 timme skärmtid per dag.**

**Barn 6–12 år: Max 1–2 timmar skärmtid per dag.**

**Ungdomar 13–18 år: Max 2–3 timmar skärmtid per dag.**

Dessutom rekommenderas att skärmar inte används innan läggdags och att mobiler och surfplattor lämnas utanför sovrummet under natten. Detta är avsett att skydda barnens sömn och skapa en sundare miljö för återhämtning.

### Föräldraansvar och samarbete

Olivia Wigzell, vikarierande generaldirektör på Folkhälsomyndigheten, betonar vikten av att dessa riktlinjer är ett stöd för både föräldrar och barn. Hon säger: «Vi hoppas att det ska bidra till en bättre balans, motverka problematisk användning och vara en hjälp i familjers vardag.» Det är viktigt att

föräldrar aktivt styr vilket innehåll barn tar del av och diskuterar deras aktiviteter på digitala medier. Riktlinjerna uppmanar även till att föräldrar reflekterar över sina egna skärmvanor, då dessa också påverkar barnens beteenden och vanor.

### Kunskapsläget och forskning

En rapport som presenterades i juni av Folkhälsomyndigheten och Mediemyndigheten belyser de negativa konsekvenserna av överdriven skärmanvändning. Forskningen visar att hög användning av digitala medier kan leda till problem som sämre sömn, depressiva symtom och missnöje med den egna kroppen. Många barn och unga själva bekräftar att de ofta fastnar i sina skärmar på bekostnad av viktiga aktiviteter som sömn, relationer och fysisk träning.

Helena Frielingsdorf, lä-

kare och utredare på Folkhälsomyndigheten, tillägger: «Många unga har både positiva och negativa upplevelser av digitala medier och känner oro över hur de påverkas av sin användning. Genom våra rekommendationer hoppas vi kunna hjälpa dem att förändra sina vanor.»

Med dessa nya rekommendationer sätter Folkhälsomyndigheten tydliga ramar för hur barn och unga bör hantera sin skärmtid. Genom att uppmuntra till balans och medvetenhet kring digitala medier kan vi bidra till att skapa en hälsosammare uppväxt för framtidens generationer. Det är en gemensam insats där både föräldrar, barn och samhället behöver arbeta tillsammans för att säkerställa att skärmanvändning inte går ut över livets andra viktiga aspekter.



## Kalorirestriktion: Kan det verkligen förlänga ditt liv?



I jakten på ett längre och friskare liv har kalorirestriktion (CR) blivit ett fascinerande koncept som får alltmer uppmärksamhet både inom vetenskapen och i hälsomedvetna kretsar.

Idén är enkel: genom att minska kaloriintaget, samtidigt som man säkerställer att kroppen får tillräckligt med näring, skulle man kunna förlänga sitt liv och förbättra hälsan. Men stämmer det verkligen? Här tittar vi närmare på forskningen kring kalorirestriktion och undersöker om det kan vara nyckeln till ett längre liv.

### Vad innebär kalorirestriktion?

Kalorirestriktion handlar om att medvetet minska sitt dagliga kaloriintag utan att göra avkall på viktiga näringsämnen. Till skillnad från dieter som fokuserar på specifika livsmedel eller näringsämnen, ligger fokus här på det totala antalet kalorier man konsumerar. Konceptet har studerats noggrant i olika arter, från jästceller till människor, för att förstå dess effekter på åldrande och hälsa.

### Grundprinciper för kalorirestriktion

Det finns några viktiga principer som styr kalori-

restriktion:

**Minskning utan undernäring:** Målet är att äta färre kalorier men att fortfarande tillföra kroppen alla nödvändiga vitaminer, mineraler och näringsämnen.

**Långsiktig åtagande:** Kalorirestriktion är ingen snabb lösning – det krävs långsiktigt engagemang för att potentiellt uppnå fördelarna.

**Individuella skillnader:** Inte alla reagerar på samma sätt. Genetik, ålder och livsstilsfaktorer påverkar hur kalorirestriktion fungerar för olika individer.

### Vad säger forskningen?

**Djurstudier:** Lovande resultat

Studier på djur har visat lovande kopplingar mellan kalorirestriktion och ökad livslängd:

**Gnagare:** Forskning visar att råttor och möss som äter färre kalorier ofta lever längre än de som får äta obegränsat, och deras hälsa förbättras i hög ålder.

**Primater:** Långtidsstudier på rhesusapor visar att de som äter en kalorirestrikerad diet löper mindre risk för åldersrelaterade sjukdomar, har bättre ämnesomsättning och lever längre än apor som äter fritt.

**Människostudier:** En mer blandad bild

Forskning på människor är mer komplicerad och resul-



taten är inte lika entydiga som hos djur. Dock har vissa fördelar identifierats:

**Metabol hälsa:** Viss forskning tyder på att kalori-restriktion kan förbättra insulinkänsligheten, minska inflammation och sänka blodtrycket, vilket alla är faktorer som kopplas till ett hälsosammare åldrande.  
**Viktkontroll:** Att minska kaloriintaget är en välkänd metod för viktminskning, vilket i sin tur minskar risken för sjukdomar som hjärt-kärlsjukdomar och diabetes, vanliga i högre ålder.

### **Potentiella fördelar med kalori-restriktion**

**Förlängd livslängd:** Vissa studier indikerar att kalori-restriktion kan förlänga livet genom att minska oxidativ stress och stödja cellreparation.

**Förbättrade hälsovärden:** Deltagare i CR-studier uppvisar ofta förbättringar i kolesterolvärden, blodtryck och andra markörer som indikerar bättre hälsa.  
**Minskad risk för åldersrelaterade sjukdomar:** Genom att stödja en bättre ämnesomsättning kan kalori-restriktion minska risken för kroniska sjukdomar som cancer, hjärtproblem och neurodegenerativa sjukdomar som Alzheimers.

### **Utmaningar med kalori-restriktion**

Trots dess potentiella fördelar är kalori-restriktion inte utan sina utmaningar:

**Efterlevnad:** Det kan vara svårt att långsiktigt följa en kalori-restriktad diet, vilket kan leda till känslor av försakelse eller, i vissa

fall, hetsätning.  
**Näringsbrist:** Om man inte planerar noggrant kan kalori-restriktion leda till att kroppen inte får i sig tillräckligt med viktiga näringsämnen, vilket kan undergräva hälsan.  
**Individuella variationer:** Hur effektiv och säker kalori-restriktion är kan variera stort mellan individer, beroende på ålder, medicinsk historia och genetiska faktorer. Det är viktigt att rådfråga en läkare innan man gör drastiska förändringar i sin kost.

En balanserad syn på saken  
Så, kan kalori-restriktion verkligen förlänga ditt liv? Även om djurstudier ger lovande resultat, är forskningen på människor ännu inte avgörande. För de som överväger kalori-restriktion som ett sätt att förbättra hälsan och leva längre är det viktigt att göra det för-

siktigt, säkerställa att alla näringsbehov tillgodoses och övervaka hur kroppen reagerar.

I slutändan finns det ingen enskild metod för att uppnå lång livslängd. En balanserad kost, regelbunden fysisk aktivitet och andra hälsosamma livsstilsval är fortfarande grundstenarna för ett långt och lyckligt liv. Kalori-restriktion kan vara ett verktyg på vägen, men bör ses som en del av en bredare strategi för välmående och livskvalitet.

**Att förlänga livet är en resa, inte en snabb lösning – och kalori-restriktion kan vara ett av de många verktygen som finns tillgängliga för att nå dit.**



## Ett äpple om dagen håller inte doktorn borta – men du kan behöva färre besök på apoteket

Det gamla talesättet ”Ett äpple om dagen håller doktorn borta” har varit en viktig del av hälsoråden sedan det först dök upp i 1800-talets Wales. Ordspråket, med sitt catchy rim, har länge varit en påminnelse om fördelarna med att äta äpplen och i förlängningen anta en hälsosam kost. Men håller denna enkla visdom

för modern vetenskaplig granskning?

Ursprunget till ordspråket kan spåras tillbaka till 1866, då en version av det spelades in som: ”Ät ett äpple när du går till sängs, och du kommer att hindra doktorn från att tjäna sitt bröd. (Eat an apple on going to bed, and you'll keep the doctor from earning his bread.)” I slutet av 1800-talet hade frasen utvecklats till sin mer välbekanta form och har sedan dess använts för

att främja hälsofördelarna med fruktkonsumtion, särskilt äpplet, som har kommit att symbolisera ett hälsosamt liv.

Men vad säger vetenskapen? En studie från 2013 tittade närmare på sambandet mellan äppelkonsumtion och hälsoresultat och jämförde effekterna av att äta ett äpple om dagen med att ta ett vanligt kolesterol-sänkande läkemedel. Resultaten var spännande: för personer över 50 år kan att äta ett äpple dagligen poten-

tiellt matcha de kolesterol-med fruktkonsumtion, särskilt äpplet, som har kommit att symbolisera ett hälsosamt liv. Men vad säger vetenskapen? En studie från 2013 tittade närmare på sambandet mellan äppelkonsumtion och hälsoresultat och jämförde effekterna av att äta ett äpple om dagen med att ta ett vanligt kolesterol-sänkande läkemedel. Resultaten var spännande: för personer över 50 år kan att äta ett äpple dagligen poten-

tiellt matcha de kolesterol-sänkande fördelarna med en statin, med färre biverkningar och en liknande årlig kostnad. Detta tyder på att även om äpplen kanske inte ersätter modern medicin, håller de sig verkligen som en del av en hälsosam kost. Ytterligare forskning syftade till att avgöra om äppelätare verkligen håller doktorn borta. En studie som involverade ett stort urval av amerikanska vuxna visade att de som konsumerade minst ett litet äpple per dag

var marginellt mer benägna att undvika läkarbesök jämfört med icke-äppelätare. Efter att ha justerat för olika hälso- och demografiska faktorer var skillnaden dock inte statistiskt signifikant. Med andra ord, även om äppelätare verkade ha något färre läkarbesök, stödde bevisen inte starkt idén att äpplen ensamma är ansvariga för detta.

Intressant nog fann studien att äppelätare var mer benägna att använda färre receptbelagda mediciner. Detta tyder på att även om ett äpple om dagen kanske inte håller doktorn borta helt, kan det potentiellt minska ditt behov av vissa mediciner. Häls fördelarna med äpplen, som är rika på fibrer, vitaminer och antioxidanter, kan bidra till det allmänna välbefinnandet och ett minskat beroende av läkemedel.

När vi fortsätter att utforska visdomen i traditionella ordspråk i ljuset av modern vetenskap, är det tydligt att även om ett äpple om dagen kanske inte helt skyddar dig från alla sjukdomar, kan det fortfarande spela en värdefull roll för att upprätthålla en god hälsa. Nästa gång du sträcker dig efter ett mellanmål, kom ihåg att denna enkla frukt kanske hjälper dig att göra färre resor till apoteket, men tyvärr inte färre besök till doktorn.





Maria Martinau: Flickan (odaterad). Finlands Nationalgalleri / Konstmuseet Ateneum. Bild: Finlands Nationalgalleri / Hannu Aaltonen.

## ATENEUM

**Utställningen på Ateneum revolutionerar synen på 1800-talets kvinnliga konstnärer. Vasa-konstnärerna Fanny Churberg och Alexandra Fros-terus-Såltin är väl representerade**

**K**onstmuseet Ateneum öppnade den 7 mars 2025 sina dörrar för utställningen "Gränsöverskridare", som ger ett unikt perspektiv på kvinn-

liga konstnärers liv och arbete under denna period. Utställningen lyfter fram bortglömda konstnärer och deras nätverk samt presenterar verk som aldrig tidigare visats i Finland.

På 1800-talet var kvinnli-

ga konstnärer tvungna att resa utomlands, särskilt till Tyskland, för att få en utbildning av hög kvalitet. Resandet var långsamt och farligt, och kvinnorna var tvungna att hålla sig till strikta sociala normer. Utställningen presenterar

verk av mer än 50 kvinnliga konstnärer som sprängde gränserna för sin tid. De skapade sig karriärer i en tid då kvinnor inte hade rösträtt och förväntades välja mellan familj och karriär.

På utställningen visas



*Savoyardgossen målad av Alexandra Frosterus finns normalt på Finlands presidents kansli och därmed inte tillgänglig för allmänheten. Men nu kan den ses på Ateneum.*

verk av bland annat Fanny Churberg, Alexandra Frosterus-Såltin och Helene Schjerfbeck's förebilder. Dessutom visas teckningar av Finlands första

kvinnliga vetenskapliga illustratör, Hilda Olson.

"Breaking the Boundaries" är en fortsättning på Ateneums arbete som pionjär inom forskning



*Den lilla kvastgossen, en kopia av den tavla som finns på Runebergsmuseet i Borgå. Alexandra Frosterus-Såltin målade denna tavla på begöran av J L Runeberg och tavlan fanns - och finns - i hans sovrum. Den lilla kopian finns normalt på Österbottens museum, men är nu alltså utställd i Ateneum.*

om kvinnliga konstnärer. Utställningen lyfter fram Tysklands betydelse som konstland och ger ett nytt perspektiv på 1800-talets konsthistoria. Utställ-

ningen är öppen fram till 24.8.2025.

Källa: 18.2.2025 Ateneum, Pressmeddelande





Ovan: Resa till gravgården, en tavla av Alexandra Frosterus, visade en händelse som inte var ovanligt, spädbarnsdödligheten var stor på 1800-talet. Nedan en tavla målad av Fannu Churberg, Rapakiviklippor







Ovan Ellen Favorins "Landskap" Nedan Elisabeth Jerichau-Baumanns "Sjöjungfru"







*En detalj av Viktoria Åbergs tavla "Monrepos". Också denna tavla finns normalt i presidentens kansli men kan alltså nu ses på Ateneum*

## BOK

# Återupptäckt klassiker ger ny syn på dagens samhälle

**W**asa Dagblad har översatt "1984" till svenska och boken kan läsas på tidningens hemsida: [www.vpress.ovh](http://www.vpress.ovh)

I en tid präglad av digital övervakning och sociala mediers inflytande har George Orwells roman "1984" fått en ny aktualitet. Trots att boken skrevs 1948, långt före internet och smartphones, är dess skildring av ett totalitärt samhälle skrämmande relevant.

Romanen, som utspelar sig i en dystopisk framtid, beskriver ett samhälle där staten kontrollerar varje aspekt av medborgarnas liv. Genom avancerad övervakning och manipulation av information upprätthåller regimen sin makt och skapar en atmosfär av rädsla och misstänksamhet.

"Det är fascinerande hur pricksäker Orwell var i sin beskrivning av ett övervakningssamhälle", säger en känd litteraturkritiker "Även om tekniken har utvecklats enormt sedan 1948, är de underliggande mekanismerna för kontroll och manipulation fortfarande desamma."

I "1984" använder staten "teleskärmar" för att

övervaka medborgarna dygnet runt. I dagens samhälle har vi övervakningskameror, internetspårning och ansiktsgenkänning. Även om dessa tekniker ofta motiveras med säkerhetsargument, väcker de frågor om integritet och medborgerliga friheter.

Orwell skildrar också hur staten använder "nyspråk" för att begränsa medborgarnas tankeförmåga och kontrollera deras verklighetsuppfattning. Genom att eliminera ord som uttrycker opposition och kritik, skapar regimen ett språk som gör det omöjligt att tänka "icke-auktoritära" tankar.

"Det är en skrämmande tanke att språket kan användas som ett verktyg för kontroll. I dagens samhälle ser vi hur politiker och medier använder 'spin' och 'fake news' för att manipulera opinionen. Orwells nyspråk är kanske inte så långt ifrån vår egen verklighet."

"1984" är inte bara en varning för totalitarism, utan också en påminnelse om vikten av att värna om yttrandefrihet, integritet och kritiskt tänkande. I en tid då dessa värden utmanas, är Orwells roman mer aktuell än någonsin.



George Orwell (1903 - 1950). Wikimedia Commons



Man kan rekommendera alla att läsa '1984'. Det är en bok som får

en att tänka till om vår egen tid och de utmaningar vi står inför.

# KÄRLEK

## KÄRLEK

# Det finns fyra typer av romantisk kärlek



**E**n banbrytande studie publicerad i Personality and Individual Differences har avslöjat en sensationell sanning: romantisk kärlek är inte en monolitisk upplevelse. Istället manifesterar den sig i fyra distinkta, och ibland vilt kontrasterande, former. Forskare, med hjälp av data från 2022 års Romantic Love Survey, analyserade noggrant 809 unga vuxna med partner och avslöjade ett häpnadsväckande kärlekslandskap som kännetecknas av olika grader av intensitet, besatthet, engagemang och sexuell frekvens.

De milda romantikerna: Denna grupp, som består av 20 % av deltagarna, representerar det tystaste uttrycket för kärlek. De uppvisar de lägsta nivåerna av intensitet, besatthet, engagemang och sexuell aktivitet. De är ofta män och heterosexuella, de dejtar ofta men är inte sambos. Deras kärlekshistorier kännetecknas av ett högre antal tidigare relationer,

kortare varaktigheter av nuvarande kärlek och en lägre uppfattning om ömsesidig tillgivenhet. Intressant nog rapporterar de den lägsta hälsan och funktionen och den högsta frekvensen av ASD-diagnoser, vilket tyder på en potentiell koppling mellan neurodiversitet och en mindre intensiv upplevelse av romantisk kärlek. De är också benägna att ta risker som vårdslös körning och droganvändning.

De moderata romantikerna: Den största gruppen, som representerar 41% av deltagarna, dessa individer definieras av sin "oansenliga" upplevelse av kärlek. De uppvisar genomsnittliga nivåer av intensitet och besatthet, med relativt högt engagemang och måttlig sexuell aktivitet. De är främst män, men är de som är minst benägna att få barn och kännetecknas av sitt självförtroende och brist på rapporterade känslomässiga ytterligheter. De är de "vardagliga" älskarna, nöjda och balanserade.

De libidinösa romantiker-

na: Denna passionerade, men ändå lilla, grupp (10%) definieras av en omätlig sexuell aptit, i genomsnitt häpnadsväckande 10 sexuella möten per vecka. De upplever hög intensitet, besatthet och engagemang, i kombination med en anmärkningsvärd nivå av öppenhet och rapporterat välbefinnande. De lever ofta i engagerade relationer, men inte samboförhållanden, och rapporterar den högsta användningen av SSRI-preparat. Deras liv präglas av hög energi, en önskan att resa och en förkärlek för att spendera. Denna grupp förkroppsligar arketyperna "kärlek som ren eld".

De intensiva romantikerna: Denna grupp, som utgör 29 % av deltagarna, representerar toppen av romantisk kärlek. De uppvisar den högsta intensiteten, besattheten och engagemang, med en hög, men inte extrem, frekvens av sex. De är övervägande kvinnor och rapporterar den högsta tillfredsställelsen i förhållandet och de lägsta frekvenserna

av ASD. Deras kärlekshistorier börjar ofta före själva förhållandet, och de uppvisar den största skillnaden mellan deras upplevda jag och partners partnervärde. Dessa personer är mycket trevliga, samvetsgranna och rapporterar en rad positiva psykologiska egenskaper, inklusive sällskaplighet, planering och ett allmänt förhöjt humör. De är de sanna "kärleksmissbrukarna", nedsänkta i de spännande höjdpunkterna av romantisk kontakt.

Denna studie krossar illusionen av en enda romantisk upplevelse och avslöjar ett spektrum av kärlek som varierar dramatiskt baserat på individuella egenskaper och relationsdynamik. Den ger en fascinerande inblick i de olika sätt som människor upplever en av de mest kraftfulla känslorna, och erbjuder en rik gobeläng av kärlekshistorier och en djup förståelse för det mänskliga hjärtat.

Detta är en open access-artikel under CC BY-licensen (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

# HÄLSA

## Om du är över 70 år kan dessa mediciner påverka ditt minne



När vi åldras blir våra kroppar mer mottagliga för effekterna av mediciner. För personer över 70 kan vissa vanligt föreskrivna läkemedel öka risken för minnesförlust eller kognitiv försämring, inklusive Alzheimers sjukdom.

Att förstå dessa mediciner och deras potentiella biverkningar är avgörande för att upprätthålla kognitiv hälsa under senare år. Hur mediciner påverkar minnet Hjärnans komplexa kemi är känslig för störningar, särskilt hos äldre vuxna. Många läkemedel kan störa signalsubstanser, minska syretillförseln till hjärnan eller orsaka biverkningar som förvirring eller dåsighet. När dessa faktorer kvarstår kan de bidra till minnesproblem och i vissa fall öka risken för neurodegenerativa sjukdomar.

Läkemedel kopplade till minnesförlust och kognitiv försämring Här är några kategorier av mediciner som kan påverka minnet hos äldre vuxna:

### 1. Antikolinergika

Antikolinerga läkemedel blockerar acetylkolin, en neurotransmittor som är avgörande för minne och inlärning. Äldre vuxna är särskilt utsatta för de kognitiva effekterna av dessa droger.

Exempel:

Difenhydramin (finns i receptfria sömnhjälpmiddel och allergimediciner)

Oxybutynin (används för överaktiv blåsa)

Amitriptylin (ett antidepressivt

medel)

Risker: Kronisk användning har kopplats till en ökad risk för Alzheimers sjukdom.

### 2. Bensodiazepiner

Bensodiazepiner skrivs ofta ut mot ångest, sömnlöshet eller muskelavslappning, men de kan avsevärt påverka den kognitiva funktionen.

Exempel:

Diazepam (Diapam)

Lorazepam (Temesta)

Alprazolam (Xanor)

Risker: Dessa läkemedel kan orsaka dåsighet, förvirring och minnesstörningar. Långvarig användning är förknippad med en högre risk för demens. Och dåsigheten kan ge ökad risk för olyckor. Om du ramlar på natten i ditt hem kan du få en höftfraktur och sitta i rullstol i många veckor eller månader. Så om du är gammal, använd inte dessa droger åtminstone inte under en längre tid, om möjligt.

### 3. Statiner

Statiner används i stor utsträckning för att sänka kolesterolet, vilket är avgörande för kardiovaskulär hälsa. Vissa studier tyder dock på en potentiell koppling till minnesproblem hos vissa individer.

Exempel:

Atorvastatin (lipitor)

Simvastatin (Zocor)

Risker: Även om det inte är definitivt bevisat, rapporterar vissa patienter minnesdimma, särskilt med höga doser. Det finns inga vetenskapliga bevis för att statiner skulle kunna orsaka demens, bara anekdoter. Påståendet att statiner

kan påverka minnet fick genomslag 2008 när Orli Etingin, dåvarande vice ordförande för medicin vid New York-Presbyterian Hospital, sa till en tidning i USA att atorvastatin som ofta används även i Finland "gör kvinnor dumma". Inga bevis egentligen, så sluta inte med din statinmedicin på grund av denna anekdot.

### 4. Antidepressiva medel

Vissa typer av antidepressiva medel, särskilt tricykliska antidepressiva medel, kan ha antikolinerga egenskaper som försämrar minnet.

Exempel:

Nortriptylin

Imipramin

Risker: Kognitiva effekter kan vara milda men kan förvärras vid långvarig användning.

### 5. Opioider

Föreskrivna för smärtlindring kan opioider ha lugnande effekter som försämrar korttidsminnet och kognitiv klarhet.

Exempel:

Oxykodon (OxyContin)

Morfin

Fentanyl

Risker: Långvarig eller högdosanvändning kan förvärra minnesproblem och öka risken för delirium.

### 6. Antihistaminer

Första generationens antihistaminer, som vanligtvis finns i allergimedier, kan passera blod-hjärnbarriären och påverka kognitiv funktion.

Exempel:

Klorfeniramin

Difenhydramin (Benadryl)

Risker: Långvarig användning kan leda till minnesdimma och förvirring, särskilt hos äldre vuxna.

### 7. Sömhjälpmiddel och muskelavslappande medel

Läkemedel som används för att underlätta sömnen eller slappna av muskler har ofta lugnande egenskaper som kan försämra minnet och uppmärksamheten.

Exempel:

Zolpidem (Ambien)

Cyklobensaprin (Flexeril)

Risker: Långvarig användning kan eventuellt öka risken för kognitiv försämring.

Vad kan du göra?

#### 1. Se över dina mediciner

Om du eller en nära och kära är över 70, se regelbundet över alla mediciner med en vårdgivare.

Fråga om några läkemedel kan ersättas med säkrare alternativ eller om dosen kan justeras.

2. Var uppmärksam på polyfarmaci Att ta flera mediciner ökar risken för läkemedelsinteraktioner och biverkningar. Konsolidering av behandlingar eller eliminering av onödiga läkemedel kan minska dessa risker.

3. Anta icke-farmaceutiska strategier

I vissa fall kan livsstilsförändringar minska behovet av mediciner som försämrar minnet:

Öva god sömnhygien istället för att lita på sömntabletter.

Hantera ångest eller depression genom rådgivning eller mindfulness-övningar.

Åtgärda smärta med sjukgymnastik eller akupunktur.

4. Håll dig fysiskt och mentalt aktiv

Regelbunden motion, en hälsosam kost och kognitiva aktiviteter (som pussel eller läsning) kan hjälpa till att lindra de kognitiva effekterna av mediciner.

Medan många mediciner kan stödja hälsa och välbefinnande, medför vissa risker för minne och kognitiv funktion, särskilt hos äldre vuxna.

Genom att förstå dessa risker, diskutera problem med vårdgivare och utforska alternativa behandlingar är det möjligt att minimera påverkan på minnet och behålla ett skarpt sinne långt in i de gyllene åren.

\* AI

## DeepSeek: Kinas AI-revolution – Vem har mest nytta av den?



**I takt med att artificiell intelligens (AI) utvecklas i rasande fart har världen sett en rad nya teknologier ta form, och aktörer världen över tävlar om att ligga i framkant.**

Bland dessa finns DeepSeek – en innovativ AI-plattform som nyligen lanserats från Kina. Vad gör DeepSeek unikt, och hur skiljer det sig från tidigare AI-modeller?

### Vad är DeepSeek?

DeepSeek är en avancerad AI-plattform som utformats för att förbättra maskininlärning, naturlig språkförståelse och kognitiv databehandling. Plattformen är skapad av några av de främsta forskarna och ingenjörerna inom området och syftar till att tänja på gränserna för vad som är möjligt med AI idag. DeepSeek kräver identifiering av användaren är gratis att använda.

### Några av DeepSeeks mest framstående egenskaper inkluderar:

Förbättrad språkförståelse: Plattformen kan tolka mänskligt språk på en djupare nivå och förstå kontext, ton och intention. Detta gör interaktionen mer naturlig. Multi-modal kapacitet: Den kombinerar data från text, bild och ljud på ett smidigt sätt och möjliggör omfattande analys. Sjävlärande algoritmer: DeepSeek har förmågan att utvecklas på egen hand genom ny data, vilket minimerar behovet av kontinuerliga mänskliga ingrepp.

Snabb bearbetning i realtid: Detta gör plattformen särskilt attraktiv för användningsområden som kundtjänst och realtidsanalyser.

### Hur skiljer sig DeepSeek från äldre AI-modeller?

DeepSeek markerar ett stort kliv framåt jämfört med tidigare AI-lösningar på flera punkter: Komplexitet och djup: Tidigare AI-modeller byggde ofta på fördefinierade

algoritmer och saknade flexibiliteten att anpassa sig till ny information. DeepSeek använder djupinlärning för att analysera data på ett mer avancerat sätt.

Integration av multimodal data: Medan äldre modeller fokuserade på enstaka datatyper (till exempel text eller bild), kombinerar DeepSeek flera datatyper, vilket gör det användbart i många fler situationer.

Användarvänlighet: DeepSeek är utformat med slutanvändaren i fokus, vilket innebär att gränssnittet är anpassningsbara och kan skräddarsys för olika behov. Etik och transparens: I kontrast till äldre modeller har DeepSeek byggts med tydliga ramar för rättvisa, ansvar och öppenhet.

### Vem kan ha mest nytta av DeepSeek?

DeepSeek har potential att revolutionera en rad branscher. Företag som hanterar stora datamängder, exempelvis inom sjukvård, finans eller

kundtjänst, kan dra stor nytta av dess förmåga att analysera data snabbt och exakt. Samtidigt är det ett verktyg som också kan hjälpa forskare, beslutsfattare och till och med privatpersoner i deras dagliga arbete – särskilt när det gäller att förstå komplex information eller fatta snabba beslut.

### Förstår DeepSeek svenska och finska?

Yksi mielenkiintoinen alue, jolla DeepSeekiä testataan, on sen kielitaito. Alusta pystyy käsittelemään äänipohjaista vuorovaikutusta, mikä tarkoittaa, että käyttäjät voivat keskustella sen kanssa kuin ihminen. Mutta miten se toimii pohjoismaisilla kielillä?

Englanti: DeepSeek on edistynyt tässä jonkin verran. Käyttäjät ovat ilmoittaneet, että se toimii joskus hyvin englanniksi, vaikka tulokset voivat vaihdella kontekstin ja kyselyjen monimutkaisuuden mukaan.

suomi: Suomen osalta vastaus on kuitenkin ollut heikompi. Monet käyttäjät ovat huomanneet, että tekoäly usein "hajoaa" kohdatessaan monimutkaisen suomen kielen, mikä johtaa sekaviin vastauksiin.

DeepSeekin menestys globaalissa tekoälyympäristössä johtuu sen jatkuvasta kyvystä oppia ja sopeutua eri kielisiin ja kulttuurikonteksteihin. Ehkä jonain päivänä voimme keskustella vapaasti ruotsiksi ja suomeksi tällä tekniikalla – mutta toistaiseksi kehityspotentiaalia on. Kehittyneiden oppimisteknologioiden, multimodaalisen integraation ja eettisten kehysten yhdistelmällä DeepSeek asettaa uuden standardin sille, mitä tekoäly voi saavuttaa. Yrityksille, tutkijoille ja innovaattoreille, jotka etsivät seuraavan sukupolven tekoälyratkaisuja, tämä on nimi, jota kannattaa pitää silmällä. Mutta se on myös muistutus siitä, kuinka pitkälle tekoälyllä on vielä matkaa – eikä vähiten omien pohjoismaisten kieltemme hallitsemisessa.

On myös mielenkiintoista, että DeepSeek on voitu toteuttaa pienin kustannuksin tässä yhteydessä. Kiinalaiset ovat hyviä!

Jotkut ovat huolissaan siitä, voidaanko DeepSeekin tietoja luovuttaa Kiinan viranomaisille, ja tästä näkökulmasta ChatGPT on turvallisempi käyttää ainakin toistaiseksi.

# AI

## AI-genererade poddar: En ny era för ljudinnehåll med NotebookLM

## 20 vardagliga förkortningar du behöver känna till (och kanske några du knappast behöver)



I den snabbt föränderliga världen av digitala medier fortsätter artificiell intelligens (AI) att tänja på gränserna och omforma branscher samt omdefiniera kreativa processer. En av de mest banbrytande utvecklingarna är Googles NotebookLM, en avancerad språkteknologi med potential att revolutionera poddsvärlden.

kvalitativa texter, har nu tagit steget in i ljudinnehållet. Denna banbrytande teknik kan producera poddar som är nästan omöjliga att skilja från de som skapats av mänskliga programledare, vilket skapar nya möjligheter för framtiden.

Det som gör NotebookLM-genererade poddar så attraktiva är flera unika funktioner som skiljer dem från traditionella poddar:

Naturligt ljudande röst: NotebookLM kan generera ljudinnehåll med en röst som efterliknar den naturliga rytmen och tonen i mänskligt tal. Detta gör att lyssnaren får en smidig upplevelse där det är svårt att avgöra om podden är AI-genererad.

Mångsidiga ämnen: Oavsett om det handlar om nyheter, aktuella händelser eller lättsamma berättelser, kan NotebookLM hantera en mängd olika ämnen. Dess flexibilitet gör det till ett idealiskt verktyg för innehållsskapare som vill utforska olika genrer utan tidskrävande produktion.

Med sin förmåga att skapa ljudinnehåll av mänsklig kvalitet öppnar NotebookLM upp nya och spännande möjligheter inom AI-drivna berättelser, utbildning och underhållning.

**Framväxten av AI-genererade poddar**  
Podcastbranschen växer i en rasande takt, och innehållsskapare samt medie företag letar ständigt efter innovativa verktyg för att effektivisera produktionen och stärka kreativiteten. NotebookLM, som först fick uppmärksamhet för sin förmåga att generera hög-

Förkortningar finns överallt nuförtiden. Från sms-akronymer till teknisk jargong, de praktiska kombinationerna på 3 bokstäver (och ibland längre) kan vara förvirrande om du inte är insatt. Men frukta inte, andra förkortningsäventyrare! Den här artikeln kommer att utrusta dig med kunskapen att dechiffrera 20 av de vanligaste förkortningarna du kommer att stöta på i vardagen.

LOL: Laughing Out Loud , Lots of Laugh, ljudligt skarr, mycket skratt(Den här kan redan vara en klassiker för många!)

BRB: Be Right Back (Perfekt för en snabb toalettpaus under en pratstund)

OMG: Oh My God, »Herre Gud!«(Uttrycker förvåning eller starka känslor)

IMHO: In my humble opinion, I min ödmjuka åsikt (Ett sätt att inleda din åsikt artig)

\*\* ASAP:\*\* Så snart som möjligt (Tänder en eld under någon... snyggt)

FYI: For Your Information, För din information (En heads-up för någon)

ETA: Estimated time of arrival, Beräknad an-

komstid (Låter dig veta när du kan förvänta dig någon)

OSA: Vänligen svara (formell begäran om svar på en inbjudan)

PDF: Portable Document Format (Ett vanligt filformat för dokument)

JPG: Joint Photographic Experts Group (Ett populärt bildfilformat)

GIF: Graphics Interchange Format (Ett annat bildformat, känt för animationer)

TIFF: Tagged Image File Format (används för bilder av hög kvalitet)

WWW: World Wide Web (Grunden till det internet vi känner till)

HTTP: Hypertext Transfer Protocol (Språket som webbsidor använder för att prata)

GPS: Global Positioning System (Hjälper dig att navigera i världen)

Bankomat: Uttagsautomat (din vänliga lokala bankomat)

DIY: Gör det själv (för de händigade människorna där ute)

VIP: Mycket viktig person (Någon som får specialbehandling)

TBA: Kommer att meddelas (Håll ögonen öppna för mer information)

TBD: Att vara bestämd (Vi håller fortfarande på att ta reda på saker)

Det här är bara ett

smakprov på förkortningsvärlden, men med dessa 20 under bältet är du på god väg att dechiffrera det vardagliga språket, från avslappnade texter till tekniska dokument. Så nästa gång du ser en förkortning som får dig att klla dig i huvudet, kom ihåg den här listan och fortsätt att utforska den underbara världen av stenografisk kommunikation!

### Wasa Dagblad

En modern tidning med en layout med drag av 1870-talets press. På den tiden hade tidningar bara 4-8 sidor. Mycket text, men inga bilder alls, så det är mycket att läsa på några sidor.

Tidningen innehåller citat från gamla dagstidningar hämtade från Riksarkivet (digi.kansalliskirjasto.fi). GPT3, Gemini, Aria och Monica gör en del av det rutinmässiga redigeringsarbetet, t.ex. översättning, korrekturläsning och skrivande av korta notiser. Alla texter har granskats av journalister och redaktionen ansvarar för texternas innehåll.

Wasa Dagblad är en publikation av dagstidningstyp som än så länge utkommer på söndagsmorgnar. Men vårt mål är att den ska komma ut varje morgon i framtiden.

Tidningen finns tillgänglig gratis på nätet.

Läsarnas texter är välkomna!

Tidningen är lokalt ägd och kommer att fortsätta att vara det.

Chefredaktör är Hans Björknäs.

Redaktion: Wasa Dagblad, Skolhusgatan 37 B 7, 65100 Wasa, tel. +358-40-5462455.

Redaktionen i Helsingfors: Wasa Dagblad, Andra linjen 9 B 36, 00530 Helsingfors. Telefon +358-40-5462455. Annonser kan sändas via e-post i jpg-format, ta gärna kontakt med redaktionen. .

E-post: [wasadagblad@gmail.com](mailto:wasadagblad@gmail.com)



## HOROSKOP FÖR MARS 2025

### Mars´ skämt- samma stjärn- prognos

Väduren (21.3–19.4)  
Vårens energi flödar  
i dina ådror! Tyvärr  
glömmer du ditt pa-  
raply överallt. Ta det  
lugnt – du är väl inte  
gjord av socker (tror  
vi)?

Oxen (20.4–20.5)  
Vinterslasket gör dig  
butter, men du låtsas  
som att du trivs. Kryp  
upp i soffan, drick en  
liter te och vägra er-  
känna att mars räknas  
som vårmånad.

Tvillingarna (21.5–  
20.6)  
Du är full av idéer och  
planer! Synd bara att  
du förverkligar typ  
en av dem. Men hey,  
att tänka på att göra  
något är ju nästan  
samma sak som att  
göra det, eller hur?

Kräftan (21.6–22.7)  
Du känner dig kän-  
losam och nostalgisk.  
Försök att inte ringa  
ditt ex eller gråta över  
gamla väderprognos-  
ser. Våren kommer –

jag lovar!

Lejonet (23.7–22.8)  
Solen tittar äntligen  
fram, och du kan  
återvända till din  
naturliga livsmiljö –  
uppmärksamhetens  
centrum. Bara kom  
ihåg att solglasögon  
inte gör mars till en  
somrig månad.

Jungfrun (23.8–22.9)  
Du storstädar redan  
för våren, men våren  
verkar inte storstäda  
för dig. Andas djupt  
och acceptera att  
dammtussar är som  
vänner – de kommer  
alltid tillbaka.

Vågen (23.9–22.10)  
Vet du vad du vill? Nej.  
Men det är okej, för du  
råkade redan blanda  
ihop tre lattebeställning-  
ar på kaféet. Äventyret  
kan börja!

Skorpionen (23.10–  
21.11)  
Du är mystisk och oe-  
motståndlig – förutom  
när du försöker dra  
på dig vinterstövlarna  
i all hast. Låt våren  
komma i sin egen takt,  
som en riktigt bra  
thriller.

Skytten (22.11–21.12)  
Mars för med sig sto-  
ra möjligheter! Eller  
bara mer snömodd.  
Men din inställning  
avgör allt, så håll  
skorna torra och hu-  
möret uppe.

Stenbocken (22.12–  
19.1)  
Du har en plan för  
våren. Universum  
har en annan. Flexi-  
bilitet är nyckeln till  
framgång – och till  
att inte bli arg när  
bussarna är försena-  
de.

Vattumannen (20.1–  
18.2)  
Din kreativa hjärna  
uppfinner en ny vår-  
trend. Tyvärr är det  
sandaler och ragg-  
sockor. Kanske inte  
än, men vi uppskat-  
tar din vision!

Fiskarna (19.2–20.3)  
Födelsedagar och  
vårkänslor gör dig till  
en romantisk dröm-  
mare. Bara se till att  
inte vandra rakt ut i  
en snödriva medan  
du beundrar vårso-  
len. Dröm stort – men  
håll koll på var du  
går!



# HUMOR FÖR ETT- HUNDRA ÅR SEDAN

## FÖR SÄKERHETS SKULL.

Hon (då hennes förlovade omtalat, att han skall begiva sig ut på en resa omkring jorden): Skall du nu också vara mig trogen, då du reser så långt bort, Henrik? Lova mig, att du skall skriva till mig från varenda stad, du besöker!

Han: Är det din kärlek, som kommer dig att framställa denna önskan, Ada? Svär på, att du verkligen älskar mig, och att det inte är för att få frimärken till din samling, som du vill hava brev från varje stad och varje land, jag besöker!

## ORSAKEN.

Kunden: Jag ville gärna ha en fullkomligt ljudlös slättermaskin. Köpmannen: Det är sällan, att folk nu för tiden visar sina medmänniskor så mycket hänsyn, att de inte vilja störa dem med sitt buller.

Kunden: Vad mig angår, så är det alldeles nödvändigt, ty om jag inte stiger tidigt upp på morgonen och slår gräset, utan att mina grannar höra det, blir jag nödsakad att låna ut maskinen minst sju gånger, innan jag själv får lov att använda den.

## NYFIKEN.

Fadern; Vad gör du, Fredrik? Fredrik; Jag står här framför spegeln pappa. Jag ville så gärna veta, huru jag såg ut, om jag vore en tvilling.

## AFFÄRSMAN

HERREN: Du är en ärlig gosse, men pengarna som jag tappade, var en femhundramarks-sedel. GOSSEN: Ja visst, det var en femhundramarkssedel, men jag växlade den för det fall att ni ville ge mig hittarlön.

## MIDNATT

En herreman undersöker noggrant gångbanan. KONSTAPELN: Vad söker ni? HERREMANNEN: Jag har tappat min klocka. KONSTAPELN: Var tappade ni den? HERREMANNEN:

Vid Trekanten, KONSTAPELN: Men varför söker ni den härdå? HERREMANNEN; Det är mycket bättre belysning här.

## EN ROMAN

Högtärade Herr Sabelberg; Snälla Herr Sabelberg; Kära Herr Sabelberg; Kära Ture; Min älskade Ture; Min Kära lilla Sockerbit; Min egen älskade Ture; Kära Ture; Kära Herr Sabelberg; Snälla Herr Sabelberg; Högtärade Herr Sabelberg.

## EN HEMSK MISSTANKE.

Advokaten! Var var er kammarjungfru vid den tiden? Vittnet; I mitt toaletterum,sysselet med att ordna mitt hår. Advokaten: Och var ni också tillstädes? Vittnet: Min herre!

## Veckans astronomiska bild:



Mars accurate colour.png

This is a modified version of the famous Mars image. This image captures the real colour of the planet.

Sturm 1

Creative Commons Attribution 4.0

## Nästa vecka:



## Från läsarna

Vi tar väldigt gärna emot inlägg från våra läsare. Kommentarer, historier, minnen, debatt, nyheter från hemorten. Sannolikt kommer detta att vara den viktigaste delen i denna vår tidning. Men utrymmet är ju begränsat, så skriv gärna rätt så kort! Säsänd gärna inlägg till: wasadagblad@gmail.com

## Annonsera i WD

Det kan ha ett visst PR-värde att vara bland de första som annonserar i denna historiska och hypermodärna dagstidning. Sänd annonser till wasadagblad@gmail.com som jpg, tiff eller png,

**WASA DAGBLAD**  
wasadagblad@gmail.com